



T.C.
KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGI DÜZEYLERİ İLE
ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Hazırlayan
Ufuk AKTAŞ

Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

KARAMAN – 2016



T.C.
KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGI DÜZEYLERİ İLE
ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Hazırlayan
Ufuk AKTAŞ

Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

Danışman
Doç. Dr. Selahattin AKPINAR

KARAMAN – 2016

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGI DÜZEYLERİ İLE
ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

Tezin Kabul Ediliş Tarihi:13.06.2016

Jüri Üyeleri (Unvanı, Adı Soyadı)

Başkan: Doç. Dr. Selahattin AKPINAR

Üye: Doç. Dr. Hamdi PEPE

Üye: Doç. Dr. Murat TEKİN

İmzası



Bu tez, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yönetim Kurulunun 18.05.2016 tarihli ve 2016-12/83 sayılı oturumunda belirlenen jüri tarafından kabul edilmiştir.

Enstitü Müdürü :Doç. Dr. İdris Nebi UYSAL



ÖNSÖZ

“Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeyleri ile Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi“ adlı çalışmanın her aşamasında bıkmadan, usanmadan bana destek olan ve benim her zaman başarılı olabilmem için yol gösteren, fedakâr, cefakâr ve emektar danışman hocam Doç. Dr. Sayın Selahattin AKPINAR’a ve çalışmalarım süresince benden yardımlarını esirgemeyen; Mikail KARADABAN’a, İlker GÜNEL’e, Melek AÇIKALIN’a, Polat KILINÇ’a, Yrd. Doç Dr. Ahmet ÖZALP’a ve aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Ufuk AKTAŞ

“ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGI DÜZEYLERİ İLE ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ “

ÖZET

Bu araştırma, üniversitede farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin, benlik saygı ve atılganlık düzeylerini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini 2015-2016 eğitim ve öğretim yılında Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesinde farklı bölümlerde öğrenim gören toplam 392 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak, öğrencilerin benlik saygı düzeylerini ölçmek amacıyla Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ve Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe’ye uyarlanan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile Rathus (1973) tarafından geliştirilen, Voltan (1980) tarafından Türkçe’ye uyarlanan Rathus Atılganlık Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda, araştırmaya katılan öğrencilerin benlik saygı düzeyleri toplam puan ortalamalarının $\bar{X}=22,8776$ olması neticesinde orta seviyede benlik saygı düzeylerine sahip oldukları, atılganlık puan ortalamalarının ise $\bar{X}=10,2245$ olması neticesinde ise yüksek seviyede atılganlık düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencisi, benlik Saygısı, atılganlık.

**“STUDENT OF THE UNIVERSITY LEVELS OF THE SELF-ESTEEM
WITH ASSERTIVENESS LEVELS INVESTIGATION”**

ABSTRACT

This study has been made to detect the self-esteem and assertiveness levels of the student who studying in different departments university. The sample of the study consists of total 392 students who studying in different departments of Karamanoğlu Mehmetbey University between 2015-2016 academic year.

In this research, in order to measure levels of the self-esteem of the students, Turkey Rathus assertiveness scale was used as a data collection tool which it was developed by Rosenberg (1965) and transfered into Turkish by Çuhadaroğlu (1986), other self-esteem scale was developed by Rathus (1973).

As a result of the survey it was found that the students who porticipated the study have moderate levels of te self-esteem total score $\bar{X}=22,8776$. Yet, their levels of assertivenes was found high high as total score $\bar{X}=10,2245$.

Keywords: University student, self-esteem, assertiveness

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	vii
GİRİŞ.....	1
I. BÖLÜM GENEL BİLGİLER.....	8
I.1. Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı Kavramının İncelenmesi.....	8
I.1.1.Benlik Kavramı.....	8
I.1.2.Benlik Saygısı Kavramı.....	9
I.1.2.1.Düşük Benlik Saygısı.....	11
I.1.2.2. Yüksek Benlik Saygısı.....	12
I.1.2.3. İlişkisel/Sosyal Benlik Saygısı.....	13
I.1.2.4. Akademik Benlik Saygısı.....	14
I.1.2.5. Mesleki Benlik Saygısı.....	14
I.1.3. Benlik Saygısı Özellikleri.....	15
I.1.4. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler.....	15
I.1.5. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	17
I.1.5.1.Benlik Saygısı İle İlgili Yapılan İçi Araştırmalar.....	17
I.1.5.2. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılan Yurtdışı Araştırmalar.....	20
I.2.Atılgnlık Kavramının Anlamı ve Kuramsal Açıklamalar.....	22

I.2.1. Atılganlık Nedir.....	22
I.2.2. Atılganlık Davranış Şekilleri.....	25
I.2.2.1. Temel Atılganlık.....	26
I.2.2.2. Empatik Güvenli Atılganlık.....	26
I.2.2.3. Artan Atılganlık.....	26
I.2.2.4. ‘Ben-Dili’ni Kullanarak Atılgan Davranma.....	27
I.2.2.5.Karşılaştırma/Yüzleştirme.....	28
I.2.3. Atılganlık Eğitimi.....	28
I.2.4. Atılgan Davranış Bileşenleri.....	30
I.2.4.1. Sözsüz İletişim Öğeleri.....	30
I.2.4.2. Sözlü İletişim Öğeleri.....	35
I.2.5. Atılganlıkla Alakalı Yapılan Araştırmalar.....	36
I.2.5.1. Atılganlıkla Alakalı Yapılan Yurtiçi Araştırmalar.....	36
I.2.5.2. Atılganlıkla Alakalı Yapılan Yurtdışı Araştırmalar.....	39
II. BÖLÜM MATERYAL VE METOT.....	41
II.1. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	41
II.2. Veri Toplama Araçları.....	42
II.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	43
II.2.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	43
II.2.3. Rathus Atılganlık Ölçeği.....	44
II.3. Verilerin Toplanması.....	45
II.4. Araştırma Verilerinin Değerlendirilmesi.....	45
III. BÖLÜM BULGULAR.....	46

III.1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yüzde Ve Frekans Dağılımına İlişkin Bilgileri.....	46
III.2. Benlik Saygısı Ölçeğine İlişkin Bulgular.....	52
III.3. Atılganlık Ölçeğine Ait Bulgular.....	59
IV. BÖLÜM SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER.....	70
IV.1. SONUÇ ve TARTIŞMA.....	70
IV.2. ÖNERİLER.....	73
KAYNAKÇA.....	75
EKLER	

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlere göre dağılımları.....	46
Tablo 2. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşlara göre dağılımları.....	46
Tablo 3. Araştırmaya katılan öğrencilerin okudukları fakülte veya yüksekokullara göre dağılımları.....	47
Tablo 4. Araştırmaya katılan öğrencilerin okudukları sınıflara göre dağılımları.....	47
Tablo 5. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yerlere göre dağılımları.....	48
Tablo 6. Araştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yerlere göre dağılımları.....	48
Tablo 7. Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının mesleklerine göre dağılımları.....	49
Tablo 8. Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının eğitim durumlarına göre dağılımları..	49
Tablo 9. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin herhangi bir işte çalışıp, çalışmadıklarına göre dağılımları.....	50
Tablo 10. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin eğitim durumlarına göre dağılımları.....	50
Tablo 11. Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelirine göre dağılımları.....	51
Tablo 12. Araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelirine göre dağılımları.....	51

Tablo 13. Araştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapıp, yapmadıklarına göre dağılımları.....	52
Tablo 14. Araştırmaya katılan öğrencilerin genel olarak benlik saygısı ölçeği puanlarına ait $\bar{X}$, Ss, Min. ve Max değerlerine ilişkin sonuçları.....	52
Tablo 15. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Man-Whitney U testi sonuçları.....	53
Tablo 16. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	53
Tablo 17. Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte veya yüksekokul değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Man-Whitney U testi sonuçları.....	54
Tablo 18. Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	54
Tablo 19. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	55
Tablo 20. Araştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yer değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	55
Tablo 21. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba meslek değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	56
Tablo 22. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba eğitim durumu değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	56

Tablo 23. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin herhangi bir işte çalışıp, çalışmadıkları değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Man-Whitney U testi sonuçları.....	57
Tablo 24. Araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumu değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	57
Tablo 25. Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	58
Tablo 26. Araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumu değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları.....	58
Tablo 27. Araştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapma değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Man-Whitney U testi sonuçları.....	59
Tablo 28. Araştırmaya katılan öğrencilerin genel olarak atılganlık ölçeği toplam puanlarına ait $\bar{X}$, Ss, Min. Ve Max değerlerine ilişkin sonuçları.....	59
Tablo 29. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin t-testi sonuçları.....	60
Tablo 30. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	60
Tablo 31. Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte veya yüksekokul değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin t testi sonuçları.....	61

Tablo 32. Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	61
Tablo 33. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	62
Tablo 34. Araştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yer değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	63
Tablo 35. Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının mesleği değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	64
Tablo 36. Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının eğitim durumu değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	65
Tablo 37. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin herhangi bir işte çalışıp çalışmadıklarına göre atılgnlık toplam puanına ilişkin t testi sonuçları.....	65
Tablo 38. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin eğitim durumu değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	66
Tablo 39. Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	67
Tablo 40. Araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumu değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin f testi sonuçları.....	68

Tablo 41. Araştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapıp, yapmadıkları değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin t testi sonuçları.....	68
---	----

GİRİŞ

Teknolojinin hayatımızın tamamına nüfuz etmesiyle birlikte, yaşam koşullarına uyum sağlayabilmek, yaşamımızı daha kaliteli bir şekilde idame ettirebilmek ve sosyo-kültürel etkileşimlerde etkili olabilmek için sosyo-psikolojik kavramların araştırılması ve toplumu oluşturan bireylerin bu konularda bilinçlendirilmesi zaruri bir ihtiyaç haline gelmiştir.

Son dönemlerde psikoloji alanında yapılan araştırmaların artması ile benlikle alakalı çalışmalar önem kazanmıştır. Benlik nedir, oluşum süreci nasıldır ve kişilerde benlik oluşumunda etkili olan faktörler gibi konularla alakalı araştırmalar daha da önem kazanmaya başlamıştır.

Benlik hakkında günümüze kadar pek çok araştırma sonucunda bir takım tanımlar ve kavramlaştırmalar ortaya çıkmıştır(Cevher ve Buluş, 2007).

Benlik; bireyin çocukluk döneminde başlayarak sosyo-psikolojik açıdan ne/kim olduğu, gelecekte nasıl biri olmak istediği ve diğer insanların çocuğun kendisi hakkında ne düşüncelerini istediği bir görünümdür(Çuhadaroglu,1986).

Benlik insanların kişiliğinin gelişmesinde çok önemli bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda, benlik kendimize ait fikirlerimiz, hayata bakış açımız ile düşüncelerimizden oluşur ve bireyin kişiliğinin özel tarafı diye de tanımlamak mümkündür. Böylelikle benlik; kişinin kendine has tavırlarının, becerilerinin, inandığı değerlerin, hedeflerinin, ülkülerinin, düşünerek vardığı ve inandığı sonuçlarının bir örtünüşüdür. Kavramsal açıdan değerlendirildiğinde hem soyut, hem de somut bir yapıya sahip olan benlik, kişinin kendi karakteristik özelliklerinin farkında olarak, kendinin kim olduğunu bilmesidir(İkizler ve Karagözoğlu, 1997).

Benlik kavramı, bireyin kim olduğuna ilişkin fikrini gösterir. Benlik saygısı (Öz Saygı) da, ferдин toplum içinde sahip olduğu kabul gördüğü yerin, burada kendisini nasıl bir konumda, ne-kim olarak gördüğünün ve toplumda kabul edilip, edilmeme gibi bir takım beklentilerinin neticesidir. Öz saygı bireyin yaşamının sonuna kadar devam eden bir süreç olarak, tecrübe ettiği birikimlerini kapsar(Adana ve Kutlu, 2006).

Benlik saygısı, bireyin kendini değerlendirmesi neticesinde vardığı benlik kavramını onaylaması sonucu ortaya çıkan beğeni halidir. Birey kendisinin kusurları olduğunu düşünebilir, çevresinde yaşayan bireylere oranla kendinde eksiklikler hissedebilir, buna bağlı olarak kendini olumsuz anlamda eleştirip, yargılayabilir. Fakat bunun tam aksine kendini beğenerek, tamamen yapıcı da bulabilir. Kişinin kendi benliğini beğenmesi, yapıcı bulması, sayması ve sevmesi için olağan üstü beceri ve yeteneklere sahip olması gerekmez. Çünkü öz saygı bireyin kendini bulunduğu ve sahip olduğu özelliklerinden aşağı veya yukarıda görmeden, sahip olduğu özelliklerinden memnun olması halidir. Öz saygı bireyin kendini, iyi hissetmesini sağlayan bütün güzel kişilik özelliklerinin oluşmasını sağlayan ruhsal bir durumdur(Yörükoğlu, 2007).

Öz saygısı, kişinin çevresine karşı bağımlılıktan kurtularak özgürlüğüne sahip olması, hayatında mutlu olduğu şeyleri yaparak yaşamını sürdürmesi, hedef ve amacı yönünde faaliyetlerin içinde yer alması, farklı insanlarla olumlu, devamlı ve güzel bir iletişim içinde bulunması, uyum sağlama konusunda problem yaşamaması, sahip olduğu değer yargılarına geliştirmesi, hayatının her alanında başarılı olması, yaşamı için geleceğe yönelik güzel, doğru ve sağlıklı planlar yaparak yaşamına yön vermesi gibi açılardan önem taşımaktadır(Aşçı, 1999).

Kişinin, diğer insanlara karşı samimi, dürüst, sıcak ve içten bir davranış sergilemesi şahsına olan güvenini artmasına sebep olur. Bu davranışı sayesinde çevresinde yaşayan diğer insanların da kendine açık, net ve daha samimi bir davranış sergilemelerini sağlar. Bunun nedeni bireylerin bir biri arasında güven ortamının oluşturulmuş olmasından kaynaklanmaktadır(Alberti ve Emmons, 2002).

Bireyin başka kişilerden herhangi bir istekte bulunabilmesi, yapmak istemediği konularda karşıdaki insana bunu ifade edebilmesi, şahsına karşı yapılan methetmeler karşısında nasıl davranması gerektiğini bilmesi, hislerini kontrol altına alması kolaylaşırken, öz saygısı ve buna bağlı olarak doyumu çoğalır(Özcan, 2006).

Benlik saygısı (öz saygı); bireyin kendini sevmesi, kendine güvenmesi, kendini olduğu gibi kabul edip, sayması ve kendine değer vermesi olarak tanımlanabilir(Yavuzer, 2000).

Bir başka deyişle, kişinin sahip olduğu becerilerin farkında olması, kendini başarılı bulması, önemli ve değerli görmesi ve bireyin özüne karşı göstermiş olduğu olumlu davranışların tümü olarak açıklanabilir(Demirutku, 2010).

Saleeby (2004) göre ise benlik saygısı: “Çocukların yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde düşüncelerini, hislerini, tavır ve davranışlarını belirleyen, öznel yaşamının, yani kimliğinin çekirdeğini, temelini oluşturur. Burada esas olan kişinin kendini olduğundan aşağı ya da yukarıda kabul etmesinden öte, şahsından memnun olması ve şahsını önemli yapıcı, beğenilmeye, sevmeye ve sevlmeye layık olarak görmesidir”(Saleeby, 2004).

Benlik saygısı, bir anlamda bireyin sosyo-psikolojik durumuyla bağlantılı olarak, bireyin kendi kişisel özelliklerinden memnun olması, beğenmesi, kıymetli ve başarılı olarak görmesini ifade eder(Neff, 2009).

Sosyo-ekonomik ve kültürel düzeyi yüksek olan aileler içerisinde yetişen bireylerin, sosyoekonomik ve kültürel seviye olarak daha düşük şartlara sahip aile ortamında yetişen bireylere oranla daha başarılı bir gelişim gösterdikleri yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkmıştır(Yavuzer, 1993).

Başarı çıtası yüksek olan, hayatının her aşamasında bir yarış içerisinde hayatını sürdüren, çalışkan bireylerin bu tutumları benlik saygısının yüksek olmasıyla doğru orantılıdır(Yörükoğlu, 1988).

Çevresindeki insanlarla ilişkilerinde uyum problemi yaşayan, karşılaştığı en küçük sorunlarla başa çıkmakta zorlanan, mücadele etmeye çekinen, birden umutsuzluğa kapılan, sürekli olarak bir suçluluk ve utanç duygusu içerisinde bulunan kişiler genel itibariyle düşük benlik saygısına sahip kişilerdir(Geçtan, 1984).

İnsanoğlunun doğumu ile temeli atılarak gelişmeye başlayan ve hayatının her döneminde gelişim süreci devam eden öz saygının (benlik saygısı) kırılma noktasını gençlik dönemi olarak nitelendirebiliriz(Özdağ, 1999).

Benlik saygısının gelişimi sırasında dönüm noktası olarak nitelendirilen gençlik çağında birey, kim olduğunu, kendisinin nasıl bir insan olduğunu, diğer insanların gözünde kendisinin nasıl görüldüğünü ve diğer insanların kendini nasıl görmek istedikleri ve mesleki geleceği hakkında (meslek seçimi gibi) bir takım sorulara cevap aramaya çalışır. Bireyin zaman içerisinde bu sorulara bulduğu cevaplara göre kişiliği, karakteri, arzu ve istekleri, sosyal ve kültürel değerleri kalıplaşmaya ve oturmaya başlayacaktır. Böylelikle bireyin benliğinin gelişim sürecini oluşturan bu süreçte birey kendi hakkında değerlendirmeler yaparak bir takım sonuçlara varacaktır. Bunların neticesinde birey kendi hakkında iyi veya kötü çıkarımlara

varması ve şahsının kendince kıymetli olup, olmadığı sonucuna vararak kişi kendi benlik saygısını (selfesteem) ortaya çıkarır(İzgiç ve diğ., 2001).

İnsan hayatının, ergenlikle orta yaş arasındaki dönemi olan gençlik dönemi, bireyin fizyolojik, psikolojik, duygusal ve bilişsel olarak gelişiminin gerçekleştiği bir süreci içerisine alır. Gençlik dönemini üç aşamada ele alabiliriz. Bunlar; 12 ila 15 yaş arasını kapsayan ilk evre gençlik evresi, 15 ile 21 yaş arasını kapsayan ikinci evre, asıl gençlik evresi ve 21 ile 25 yaş arasını kapsayan üçüncü evre uzamış gençlik evresidir(Yörükoğlu, 2000).

Bireyin çocukluk çağından gençlik döneminde kadar geçen sürede yaşadığı tecrübeler, edindiği kişisel deneyimler uzun ve zorlu bir sürecin sonucudur. Bugünkü hayat şartlarının da giderek zorlaşmasıyla gençlerin uyum süreçleri çeşitli faktörlerden ötürü uzamaktadır. Günümüz şartlarında eğitim seviyesinin giderek yükselmesi, gençlerin eğitim seviyelerinin daha üst seviyelere taşınması zorunluluğunu doğurmaktadır. Bu nedenle gençler akranları arasında kendini sıyırarak meslek sahibi olabilmek için uzun süreli çabalar sarf etmek zorunda kalmakta ve bu durum gençlik uyum sürecinin artmasına ve gencin çevresine bağımlı ve tüketici olma süresini uzatmaktadır. İşte bu süreç uzamış gençlik diye adlandırılan döneme ve yaş olarak da üniversite öğrenciliği dönemine denk gelmesinden dolayı gençler yükseköğrenimlerini görmek için gittikleri yere kendi gençlik problemleriyle birlikte gitmektedirler(Doğan ve Ülkü, 1987).

Kendi kararlarını kendi veren, kendine olan güvenleri çok üst seviyede bulunan kişilerin, çevresindeki diğer insanlardan saygı görmeyi beklmeleri yüksek benlik saygı düzeylerinin bir ürünüdür ve bu insanlar yaşamlarında atılgan bir davranış biçimi sergilerler(Jones, Sambrook ve Irvine, 2007).

Bireylerin birbiriyle iletişimlerinin ve etkileşimlerinin daha sağlıklı bir biçimde gerçekleşebilmesi atılgan davranış biçimine bağlıdır. Bazı bireylerin diğer insanlarla ilişkilerinde bazen özel becerilerini kullanmaları gerekebilir. Kararlarını kendi veren, başkalarının haklarına ve kendi haklarına saygılı olan ve sorumluluklarının bilincinde olan atılgan bireyler, kendinin ve diğer bireylerin ihtiyaçlarına önemseyen ve uyum içerisinde yaşayabilen kişilerdir(Sigma, 2009).

Atılgan kişiler diğer insanlardan maddi ve manevi bir beklenti içine girmeden, fayda ve çıkar amacı gütmekten düşüncelerini, hislerini, inandığı değerleri, arzu ve isteklerini ortaya koyarak, kendilerini savunabilirler. Bu insanlar hedeflediği amaçlarına hayatlarından zevk alarak genellikle ulaşmayı başarırlar(Özcan, 2006).

Bireylerin bir biriyle olan iletişim şekillerinden biri olan atılgan davranma biçimi kişilerin hem kendi hayatlarında doyuma ulaşma hislerine, hem de diğer kişilerle münasebetlerinde pozitif avantajlar sağlar(Voltan, 1980).

Günümüzde eğitim ve öğretimin temel hedeflerinin başında; bireylerin içinde bulunduğu şartları en iyi şekilde değerlendirerek, kendisi için en uygun yolu bulmak, ani ve doğru kararlar verebilme becerilerini kazanmalarını sağlamak gelmektedir. Diğer bir deyişle bireylerin yaşamlarının her döneminde özgüven sahibi olmalarını ve yaşadıkları çevrede kabul görmelerini sağlayabilecek bilgili, deneyimli, donanımlı ve aranılan kişiler olma özelliğini gençlere kazandırabilmektir. Gençlerin yükseköğrenime başlaması bireyin daha fazla özgüvene ve bunun beraberinde daha fazla sorumluluk bilincine sahip olmasını sağlar. Böylece birey hayatını kendi kontrolünde bulundurarak, çevresinden bağımsız bir şekilde düşünüp, karar verebilme yetisini geliştirerek, karşılaştığı sorunlara mantıklı çözümler üretme konusunda güven duygusuna sahip olur(Kutlu ve diğ., 1997).

Kişinin yükseköğrenim hayatı boyunca okul arkadaşları, öğretmenleri ve diğer bireylerle olan pozitif veya negatif birikimleri bireyin benlik saygısı gelişimine katkıda bulunmaktadır(Pektekin, 1993).

Üniversiteye başlama ile memlekete özlem, aileden ayrılma, yeni bir ortama adapte olma, yurt ve kalacak yer sorunu, derslerin zorluğu, yoğun çalışma temposu ve sınavlar sonucunda ortaya çıkan yorgunluk gibi bir takım sorunlarla öğrencilerin karşılaşması kaçınılmaz bir gerçektir(Özdoğan, 1987).

Bireylerin eğitim hayatında ve sonraki yaşamında karşılaşacağı sorunlarla başa çıkabilmesi ve ileride yaşamına dâhil olacak insanlar ile daha olumlu ve güzel ilişkiler ortaya koyabilmeleri için atılgan davranışlarının geliştirmelerine yardımcı olunmalıdır(Timmins, 2003).

Atılgan davranış bireyin kendine olan öz güveninin artmasını sağlarken, diğer insanların da bireye açık, net ve anlaşılabilir bir biçimde davranmalarına sebep olur(Çam ve Karaaslan, 2000).

Buna göre; benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri ile ilgili yapılan çalışmalar ışığında Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerini tespit etmek amacıyla bu çalışma gerçekleştirilmiştir.

I. BÖLÜM GENEL BİLGİLER

I.1. Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı Kavramının İncelenmesi

I.1.1. Benlik Kavramı

Benlik kavramı (Self-Concept) bireyin şahsı ile alakalı algılarının, birikimlerinin, geçmişte yaşadıklarının, gelecek yaşamı ile ilgili hedeflerinin ve toplumsal statülerinin bireyin bilincinde nasıl ve ne şekilde bir yere edindiği ve bunların düşünsel bir bütünlüğü ifade eden ben ile bir sonuca ulaşmasıdır. Genç, yaşantı sürecinde, deneyimler doğrultusunda kendisiyle ilgili bir kavram oluşturur(Aydın, 2005).

Hogg&Vaughan’a göre benlik; tarihsel açıdan, görece yeni bir fikirdir olarak nitelendirmiştir. Baumeister (1987), toplumsal ilişkilerin sabit ve istikrarlı olduğu ve din tarafından meşrulaştırıldığı bir ortaçağ portresi çizer. Bu toplumda insanların yaşamı ve kimliği toplumsal düzendeki konumlarına sıkı sıkıya bağlıdır; bunlar aile, sosyal mevki, doğum yeri ve doğum sırası gibi gözle görülür faktörlere atıfta bulunarak açıklanır. Gördüğümüz şey pek çok bakımdan, sizin için yeterlidir; görünür olanın altında karmaşık bir bireysel benliğin yattığı yolundaki düşünce o tarihlerde tasavvur etmesi zor ve belki de yersiz bir düşüncedir(Akt: Yıldız ve Gelmez, 2006).

A. Yenidünya ise benliği; “Kişinin hayata gözlerini açmasıyla birlikte şahsı ve diğer insanlarla ilişki kurmasıyla sonucu sahip olduğu edinimler, kendisi ile alakalı fikir ve düşünce şeklidir. Diğer bir yaklaşımla kişilik ve karakterimize ait düşüncelerimiz ile bireysel olarak kendi hakkımızda sahip olduğumuz düşünme biçimimizden meydana gelir. Bu nedenle benlik bireyin kişilik özelliklerinin nevi şahsına münhasır tutumudur(Yenidünya, 2005).

İnsanların genel tutum ve davranışlarını, kendilerinin ve çevrelerinin algılayış biçimleri büyük oranda etkilemektedir. Kişilik temelde benliğin meydana gelmesinde önemli faktör olmasına rağmen, ikisi farklı anlamlar taşımaktadır. Benlik bireyin kendi şahsına ait kanıları ve yaşam biçiminden oluşur(Baymur, 1984).

Benlik çocuğun doğumu ile başlayıp ve devam eden süreçten sonra yaşadığı olayların tamamının ve etrafında yaşayan diğer bireylerin etkisiyle zamanla şekillenerek ortaya çıkarak, bir şekle bürünür. Bu durum suya atılan bir taşın oluşturduğu halkaların küçükten başlayarak giderek büyümesi gibi; bireyin önce ailesi, sonra aynı sokakta oturduğu komşuları, devamında öğrencilik hayatı ve daha sonra iş hayatı ile yaşamına dâhil olan diğer bireylerle etkileşiminin sürmesi sonucunda gelişimi devam bir süreçten oluşur(Ünal, 2007).

Hakiki manada benlik, kişinin içinde var olan ruhsal, bilişsel ve anatomik olarak sahip olduğu niteliklerin neler olduğunu bilmesidir(Cevher ve Buluş, 2007).

I.1.2. Benlik Saygısı Kavramı

Benlik saygısı (öz saygı); bireyin benliğini beğenme ve kendini değerli bulma derecesidir(Kulaksızoğlu, 2004).

Benliğinden haz alan, böyle olmasında hoşnut olan, kendinin kıymetli olduğunu kanıksamış ve bu durumu kabul etmiş kişilerde özsaygı diğer bir ifadeyle benlik saygısından bahsetmek mümkündür. Benlik saygısı benliğin hissi yanı iken, benlik kavramını benliğin kognitif durumu olarak tanımlamak mümkündür(Yenidünya, 2005).

Öz saygı kişinin bilişsel olarak zihninde tasarladığı benlik imgesi ile olmasını istediği üstün niteliklere sahip ideal benlik arasındaki var olan farkın ortaya konmasıdır(Cevher ve Buluş, 2007).

Mc Kay ve Fanning (1992)'e göre benlik saygısı, kişinin yaşamı süresince hayata dair sahip olduğu deneyimleri, birikimleri ve kognitif (bilişsel) edinimlerinin kendi inanç değerleri çerçevesinde organoleptik (duyusal) olarak niteliğinin ve niceliğinin ortaya konması olarak tanımlanmıştır(Arıca, 1999).

Sağlık açısından düşünüldüğünde benlik saygısı çok büyük önem arz etmektedir. Çünkü psikolojik sorunların, hastalıkların en önemli nedenlerinden bir tanesi düşük ve zayıf bir kişisel benliktir. Düşük benlik saygısına sahip bireyle ilk önce ailesi, daha sonra çevresindeki diğer yakınları olmak üzere şahsının sevilmediğini, hak ettiği duygusal karşılığı alamadığı hissine kapılır ve buna kendini inandırır. Bu şekilde düşünmesi kişinin ileriki hayatında alacağı kararlarda da etkili olacak ve kognitif önyargılara sebep olması kaçınılmaz olacaktır ve bu önyargılara bağlı olarak işlevsel olmayan davranışlar sergilemesine sebep olacaktır(Hamarta ve Demirbaş, 2009).

Benlik saygısının bireyin şahsi özelliklerine büyük oranda etki ettiği ve şahsi özelliklerinden de benlik saygısının aynı zamanda önemli oranda etkilendiği yapılan araştırmalar sonucunda ortaya konmuştur. Gerçekleştirilen çalışmalarda öz saygının (benlik saygısı) 3 temel özelliği öne çıkmaktadır. Bunlar; yeterlilik, değer ve kontroldür. Yeterlilik; kişinin sorumluluklarını yerine getirmeye, görevini başarmaya ve hedeflerine ulaşmak için sahip olduğu inancın tamamıdır. Değer ise; bireyin kendini değerli hissetmesi, beğenip değer verme duygusu olarak tanımlanır. Kontrol de kişinin çevresinde gerçekleşen hadiselerle etki edebilme ve bunları hissedebilme mertebesidir(Cevher ve Buluş, 2007).

Rosenberg (1979) benlik ve ego kavramlarının birbirinin yerine kullanılan kavramlar olmasına karşın ikisinin farklı anlamlara geldiğini belirtmiştir. Buna göre egonun kişinin hakikatlerle başa çıkmasını sağlayan bir takım kognitif süreçler içerdiğini ve benlikten

farklı olarak ego kavramının benliği koruyup, geliştirme görevini üstlendiğini belirtmektedir. Benlik saygısı bireyin kendini değerlendirme veya kendini pozitif anlamda değerlendirme zaruriyeti üzerinde odaklanmaktadır. Burada anlatılmak istenen kişinin kendini süper, mükemmel (hata yapma konusunda serbest olduğuna inanmak) hissetmek olmamakla birlikte, daha çok kişinin kendini kabul etmesi, kişisel kimlik oluşturma ve diğer insanlar tarafından kabul görmedir(Uyanık, Balat ve Akman, 2004).

I.1.2.1. Düşük Benlik Saygısı

Bazı bireylerde yaşadığı olumsuzluklar ve karşılaştıkları zorluklar karşısında zamanla oluşan yaşamdan zevk alamama, yaşam doyumunda düşüklük, yalnız kalma, endişe gibi uyaranlara karşı duyarlılığın azalması, alıngan olma durumunda artış ve asabılık gibi faktörler ortaya çıkmaktadır. Bu durum genel itibariyle düşük benlik saygısına sahip insanlarda görülmektedir(Çelik, 2011).

Bireylerde var olan öz saygı kavramı ile olmasını arzuladığı, mükemmel benlik kavramı olarak da ifade edebileceğimiz ideal benlik kavramı arasında bir sorun veya anlaşmazlıkla karşılaşırsa bu durumun en belirgin sebebi benlik saygısıdır. Ancak yukarıda bahsedilen durumun tersi bir durum söz konusu ise burada yüksek benlik saygısı ortaya çıkmaktadır. Benlik saygısı düşük olan kişiler belirgin özelliklerinden biri de; sevmeme hissini zamanla kaybetmelerinden dolayı başka insanlardan kendini soyutlamaları ve bununla beraber toplumdan uzaklaşma eğiliminde olmalarıdır. Düşük benlik saygısına sahip bireylerin kendini toplumdan uzaklaştırma, bir fiilin eyleme dönüştürülme cesaretinin eksik olması, bir işte başarısız olacağı endişesi, diğer insanlar tarafından olumlu veya olumsuz eleştirilere karşılaşıp dışlanma korkusunun fazla olması gibi durumlardan ötürü, riskten kaçma gibi davranışlar

sergilemektedirler. Bu tür düşük benlik saygı düzeyine sahip insanlar hem kendilerini hem de karşısındaki bireyleri değersizleştirip negatif bir tutum sergilemektedirler. Bütün bunlara rağmen sahip oldukları düşük benlik saygısından kurtularak benlik saygı düzeylerini geliştirip, artırmak gibi davranış ve eğitimlerden kaçınmaktadırlar. Bu insanlar içinde bulundukları bu durumla mücadele etmek yerine çevrelerindeki diğer küçük rakipleriyle kendilerini kıyaslayıp, kendilerini buna ikna ederek mutlu olma, kendini iyi hissetme gibi doğrudan doğruya olmayan davranışlar sergilemektedirler. Netice itibariyle öz saygısı düşük olan bireylerin kendileri için iyi ve olumlu şeyler düşünmek istemelerine rağmen, kırılgan bir yapıya sahip olmaları nedeniyle karşısındaki kişilerin her yaptığı davranıştan ve söylediği sözden şüphe duyarlar. Bu davranış özelliklerine sahip insanlar; yaşamdan zevk almayan, kendine ve karşısındaki insalara güvenmeyen, kendini önemsiz, kıymetsiz hissedenden, hayatta başarılı olamayacağına inanan kişilerdir(Ünsar ve İşsever, 2003).

I.1.2.2. Yüksek Benlik Saygısı

Bireylerin sahip oldukları benlik saygı düzeyleri ile ailelerinin sosyal ve ekonomik düzeyleri paralellik göstermektedir. Bir başka deyişle, ekonomik olarak durumu iyi olan aileye sahip kişilerin benlik saygı düzeyleri, ekonomik açıdan durumu daha kötü olan ailede yetişen bireylere oranla daha fazla olduğu yapılan araştırmalar sonucunda belirlenmiştir(Çelik, 2011).

Benlik saygı düzeyleri yüksek olan bireylerin özgüvenleri diğer düşük benlik saygı düzeyine sahip kişilerden daha fazladır. Benlik saygı düzeyleri yüksek olan fertler kendi yaptıkları yanlışlar karşısında ve karşılaştıkları başarısızlık sonucunda kendini suçlayarak benliğine zarar vermek yerine bu durumu olgunlukla kabul ederler. Bu durum bireyin kendisi ile ilgili yükümlülüklerinin farkında olması ve bunları kabullenmesi demektir. Karşılaştıkları

olumsuzluklar ve başarısızlıklar karşısında vazgeçmek yerine, bireyin alternatif yollar üretmesine sebep olacak ve kişi bu durumu kendisi için fırsata dönüştürecektir. Yüksek benlik saygısına sahip bireyler için başarılı olmak duygusu ön plandadır ve genellikle yarışma gerektiren aktiviteleri tercih ederler. Ruh sağlıkları iyi durumda ve kolay kolay depresyon durumları yaşamazlar. Yüksek benlik saygısına sahip kişiler diğer insanlara ve karşı daima mutedil yaklaşımlar sergilerler ve hırçnlık, kabullenmeme ve saldırganlık gibi olumsuz davranışlar sergilemezler. Bu insanlar ikili ilişkilerinde her zaman anlayışlı ve toleranslı davranırlar. Hayatları renkli ve anlamlı, sosyal hayatlarında aktif olurlar ve diğer insanlar tarafından kabul görürler ve sayılırlar. Yaşamları boyunca karşılaştıkları olumsuzluk ve başarısızlık karşısında pes etmemeleri, daime pozitif ve olumlu bakış açıları, çalışkan ve azimli bireyler olmaları nedeniyle öğretim hayatlarında da her zaman başarıya ulaşırlar. Bu nedenle yüksek benlik saygısına sahip kişilerin akademik başarıları da yüksek olur. Yüksek benlik saygısına sahip insanlar sahip oldukları pozitif özelliklerinden ötürü olumsuz davranışlarla, stres, kaygı vs. psikolojik sorunlarla kolaylıkla başa çıkabilirler. Bu tutumları nedeniyle olumsuzluklarla karşılaşma oranları düşük benlik saygısına sahip insanlara oranla daha düşüktür(Dinçer ve Öztunç, 2009).

Öz saygıyı (benlik saygısı) üç boyutta ele alabiliriz: Bunlar;

I.1.2.3. İlişkisel/Sosyal Benlik Saygısı

Kişinin insanlarla yakından ilişki kurarak bunu devam ettirme becerisine olan pozitif bakış açısını ifade eder. İlişkisel bir diğer tabir ile sosyal benlik saygısının gelişimi genel benlik saygısının gelişim safhasında içerisinde şekillenir. Benlik saygısı, kişinin zatına ait genel bir değerlendirmeyi ifade ederken, ilişkisel ya da sosyal benlik saygısı kişinin diğer

kişilerle kurduğu yakın ilişkilerde şahsını nasıl algıladığını ifade etmektedir. Öz saygı aynı zamanda çocukların sahip olduğu bir zümreye ait olma duygularıyla ve bir zümrenin, topluluğun gereklerinin yerine getirilmesiyle de alakalıdır(Doğru ve Peker, 2004).

I.1.2.4. Akademik Benlik Saygısı

Akademik benlik saygısı, bir öğrencinin diğer öğrenciler içinde kendi öğrenme becerisini nasıl gördüğü olarak açıklanabilir. Akademik benlik saygısı, öğrencinin okul ortamında diğer öğrencilerle etkileşmesi ve çevresini dikkatli bir şekilde analiz etmesi ve böylelikle hızlı bir biçimde bulunduğu yere uyum sağlayışını gösterir(Cevher ve Buluş, 2007).

I.1.2.5. Mesleki Benlik Saygısı

Kişinin kendi tercih ettiği işe karşı kendi başına ortaya koyduğu değerlilik yargısı olarak ifade edilebilir. Mesleki benlik saygısı, kişinin kendi mesleğine ne kadar önemsedığını ve değer verdiğini ortaya çıkarır. Mesleki benlik saygısı, kişinin seçmiş olduğu işi ile kendi uyumunu ve yaptığı işten aldığı zevkle elde ettiği doyumun bir ön şartı durumundadır(Akt: Aslan ve Akyol, 2006).

Kişinin sahip olduğu mesleki benlik saygısı ile mesleğe saygı birbirinden farklı anlam ve olguları içerir. Çünkü mesleğe saygı genel bir davranışı anlatırken, mesleki benlik saygısı tamamen bireysel bir olgu olup, özel bir davranışı ifade etmektedir(Sayın, 2003).

I.1.3. Benlik Saygısı Özellikleri

Bireyin kişilik olarak kendini kabul etmesi ve aynı zamanda kendine duyduğu öz güven gibi vb. değerlerin ve hislerin toplamı da benlik saygısını (öz saygı) oluşturur(Leory, 1996).

Benlik saygısı üzerinde yapılan çalışmalar sonucunda Rogers "Olumlu Saygı" ve "Olumlu Benlik Saygısı" olmak üzere iki kavram üzerinde durulması gerekliliğini savunmuştur. Olumlu saygı, kişinin diğer insanlar tarafından kabul edilmek, saygı görmek, sevilme, diğer insanlar tarafında beğenilip, hoşlanılmak vs. gibi durulmaları içerisinde bulundurulur. Bu tarz hayatlara sahip olan bireyler, kendi kişiliğine değer vererek saygı gösterir. Olumlu benlik saygısı (öz saygı), kişinin kendi benliğine karşı olan olumlu tutumu birey için çok önemlidir ve diğer insanların tutumlarının bu durumda önemi yoktur. Rogers' a göre sert ve kabullenmekten kaçınan vekendini ifade etmesine imkân verilmeyen ortamdaki birey, düşük benlik saygısına; kabul gören, esnek ve kendini ifade etmesine ve kendini ortaya koymasına imkân verilen ortamdaki birey ise yüksek benlik saygısına haiz demektir. Bu durumda kişi şahsına saygı duyar, elinde bulunan imkân ve değerlerin kıymetini bilir ve kendisine güvenmesi gerektiğini öğrenir(Yenidünya, 2005).

I.1.4. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

Bireyin benlik saygısını etkileyen çeşitli faktörler bulunmaktadır. Bu faktör benlik saygısına doğrudan ve dolaylı olarak etki ederler. Doğrudan etki eden faktörler, bilişsel, kognitif faktörler, içsel, duygusal faktörler ve toplumsal, sosyal faktörler olarak ifade edebiliriz. Kişinin bedensel öğeleri de benlik saygısını dolaylı olarak etki eder. Bireyin şahsını çevresindeki kişilere kıyasla ve diğer insanlara göre kıymetli hissetmesi, bilgi ve

birikimlerinin farkına vararak bunları ortaya koyması, başladığı bir işi bitirip, yaptığı işte başarılı olması ve sonucunda kendini maddi ve manevi olarak ödüllendirmesi, kendi başarısı ile övünmesi, insanlar içerisinde beğenilme arzusu, diğer insanların beğeni ve takdirini toplama, çevresinden kabul görme, sevilen bir birey olma ve kendisini olduğu gibi kabul ederek, bedensel özelliklerini benimseme ve bundan haz alma gibi etmenler benlik saygısını etkilemektedir(Kohut, 1971).

Bazı bireylerin kişilik yapılarının tam anlamıyla gelişmiş olmasına bağlı olarak kendilerine olan güvenleri tamdır. Bu tür insanlar yaşamının her döneminde çoğunlukla kendilerini canlı ve enerji dolu hissederler ve yaşamlarını bu biçimde şekillendirdiler. Bu kişilerin mesleki hayatında elde ettiği başarıları, deneyimleri ve bunların doğal bir sonucu olarak karşı karşıya kaldığı stres ve kaygı ile baş edebilmede mücadelesi, sosyal çevresindeki dost ve arkadaşları ile olan ilişkileri, mutlulukları, sevinçleri ve yaşamdan aldığı haz canlılık seviyesini etkilemektedir. Diğer insanların bireye karşı göstermiş olduğu, saygı, sevgi ve olumlu anlamda meydana gelene hissi etkileşim bireyin kendine olan sevgisini artırır. Böylece kendini sevmeyi başaran birey, duygularını kontrol altına alır ve kendi duygusallığını ortaya çıkarır. Bireyin kontrolünde gelişen durumların bireyde kendilik değerinin ve sorumluluğun oluştuğunu göstermektedir. Bireyin çevresindeki diğer insanların kendisi hakkında düşünceleri, hisleri ve yaklaşımları bireyin iç dünyasında yer edinerek, bireyle bir bütün haline gelir(Akt: İnanç, 1997).

Hayata ilk adımı atarak, dünyaya gözünü açan birey o andan itibaren etrafında yaşananlardan ve kendi içinde meydana gelen pozitif olaylar sonucu ortaya çıkan etkileşimlerle kendine olan güveni gelişmeye başlar ve bu şekilde süre gider. Bireyin doğum ile başlayan benlik saygısı gelişimi bireyin annesi veya annesi rolüne bürünen kişinin çocuğa

gösterdiği ilgi, alaka ve uygun yansımali ilişki ile doğrudan ilintilidir. Anne-babanın ve aralarına yeni katılan bireyin birbiri ile aralarında oluşan ahenk çocuğun ailesine karşı güven duygusunun artmasına ve diğer insanlarla ilişkilerde uyum sağlama becerisinin artmasında önem arz eder. Bireyin olumlu benlik saygısı duygusal ve fiziksel anlamda kendini iyi hissetmesini, güçlü hissetmesini, kendi kendine bir şeyleri başararak mutlu olmasını ve bütün bunlarından dolayı kişiye kişinin zevk almasını sağlar(Kuzgun, 2002)

I.1.5. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılan Araştırmalar

I.1.5.1. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılan Yurtiçi Araştırmalar

Yapılan araştırmalar incelendiğinde benlik saygısı ile ilgili yapılan araştırmalarda demografik etkenler esas alınarak araştırmalar gerçekleştirilmektedir.

Özoğul (1988), annenin çalışmasının, annenin eğitim düzeyinin, çocuğun doğum sırasının ve cinsiyetinin benlik saygısının gelişimi üzerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırmacı bunun için ilkokul öğrencilerinin benlik saygısı envanterinden aldıkları puanları hesaplamış ve şu bulgulara varmıştır. Annenin çalışıp çalışmaması, cinsiyet, eğitim düzeyi ve bireyin ailenin kaçınıcı çocuğu olarak dünyaya geldiği gibi değişkenlerin öz saygısı üzerinde anlamlı etkisi yoktur. Buna göre, çocuğun benlik saygısının gelişiminde, annenin çalışmasının tek ve direkt bir etkisi olmadığının ileri sürülebileceğini söylemiştir(Özoğul, 1988).

Gürçay (1989) tarafından yapılan bir araştırmada çocuk yetiştirme yurtlarında ve ebeveynleri ile birlikte yaşayan 09-11 yaş aralığındaki çocukların öz saygısının gelişimine etki eden bir takım etmenleri araştırmıştır. Araştırmacı şu bulgulara varmıştır. Yuvada kalmak çocuğun benlik saygısını olumsuz yönde etkilemektedir, ayrıca cinsiyet, yaş, kardeş sayısı ve bireyin ailenin kaçınıcı çocuğu olarak dünyaya geldiği gibi değişkenlerin öz saygı üzerinde

anlamalı bir etkileri yoktur. Araştırmaya göre yetişkinlerin güven verici, hoşgörölütutumları çocuğun benlik saygısını olumlu yönde etkilerken, baskıcı ve ilgisiz tutumları çocuğun benlik saygısını olumsuz yönde etkilemektedir(Gürçay, 1989).

Bir başka araştırmada; 13-14 yaşlarındaki ergenlerin sosyal ve ekonomik düzeyi ile ebeveynlerinin tutumlarındaki farklılıklarını belirleyip öz saygısına etkisini araştırmıştır. Araştırma sonucunda, sosyo-ekonomik düzeyleri daha iyi olan bireylerin benlik saygısı puanları sosyoekonomik düzeyleri kötü olanlara göre anlamalı bir biçimde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, sosyoekonomik düzeyleri düşük olan öğrencilerde, benlik saygısının azalması ile kendilik kavramı sürekliliğinin azalması, psişik izolasyon ve psikosomatik bulguların artması şeklinde bir ilişki bulunmuştur(Torucu, 1990).

Benlik saygısı ile yapılan lise öğrencilerini kapsayan bir başka çalışmada genel, psikolojik, sosyal, cinsel ve uyumsal benlik algılarının benlik saygısı ile ilişkisini araştırılmış, araştırma sonucunda; benlik algı düzeylerinin yüksek olmasının benlik saygısını (öz saygısını) olumlu yönde etkilediği, diğer taraftan benlik algı düzeylerinin düşük olmasının ise benlik saygısını (öz saygısı) olumsuz yönde etkilediğini sonucuna ulaşılmıştır(Dinç, 1992),

Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinin geçerlik güvenirliliğinin yapılabilmesi için yetişkin örneklem gurubu üzerinde bir çalışması yapılmıştır. Araştırmanın bulguları incelendiğinde çalışan kadınların, çalışan erkeklere göre benlik saygısı düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte katılımcılarda eğitim ve gelir düzeyi arttıkça, benlik saygısı düzeylerinin de arttığı gözlenmiştir(Korkmaz, 1996).

Türk ve İngiliz lise son sınıf öğrencilerini kapsayan bir araştırmada öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri karşılaştırılarak incelenmiştir. İngiliz öğrencilerin benlik saygısı puanlarının, Türk öğrencilerden anlamalı biçimde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu farkın

her iki ülkede de erkek öğrenciler arasında kızlardan daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır(Pişkin, 1996).

Adana’da 09-16 yaş arası sokakta çalışan ve çalışmayan toplam 132 çocuğun üzerinde yapılan bir araştırmada çocukların benlik kavramları incelenmiş ve sokakta çalışmayan çocukların, çalışan çocuklara oranla daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu saptanmıştır(Arnas, 2004).

Benlik saygısı ile alakalı yapılan başka bir çalışmada drama temelli grup rehberliğinin ilköğretim 5. Sınıf öğrencilerinin arkadaşlık ilişkilerine, atılganlıklarına ve öz saygılarına olan etkisini incelenmiş, drama temelli grup rehberliği programının ilköğretim öğrencilerinin arkadaşlarıyla ilişkilerini değiştirdiğini, atılgan davranışlarında kalıcı olarak etkilediğini ve buna rağmen benlik saygılarını düşürme veya yükseltmede herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır(Uşaklı, 2006).

Bir başka araştırmada lisede öğretim gören 3. sınıf öğrencilerinin arkadaşları ile ilişkileri ve bu arkadaşlık ilişkilerinin bazı değişkenlere göre öğrencilerin benlik saygısını incelemiştir. Bu araştırmada öğrencilerin benlik saygısının cinsiyete ve yakın arkadaş sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmış, buna karşılık, öğrencilerin karşı cinsten arkadaşın olup olmaması, romantik bir arkadaşın olması ve ailenin müdahale etmesine göre benlik saygısı ölçeğinin bazı alt ölçek puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur(Çevik, 2007).

Üniversite öğrencileri arasında benlik saygısı, sosyal destek ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelendiği bir araştırma yapılmıştır. Yapılan araştırmada sonucunda benlik saygısının cinsiyet, sınıf ve öznel iyi oluş değişkenleri açısından anlamlı bir fark göstermediğini ortaya sonucuna ulaşılmıştır(Saygın, 2008).

I.1.5.2. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılan Yurtdışı Araştırmalar

Rosenberg (1965), ergenlerin öz saygısını sosyal çevre, aile ve okul arkadaşları, bireyin kendini değerlendirmesi ve psikopatolojik belirtiler açısından araştırmıştır. Araştırma sonucunda sosyal ve ekonomik durumun öz saygı (benlik saygısı) ilişkisinde üst sosyal ve ekonomik düzeye sahip olan gençlerin %5'inin, alt sosyal ve ekonomik düzeyden gelenlerin ise %38'inin yüksek öz saygıya sahip olduğu bulunmuştur. Sınıflar arası yapılan değerlendirmelerde kızlardaki farklılık erkeklere oranla daha az olduğu görülmüştür. Ergenlerde benlik saygısına etki eden etmenlerden birinin de baba mesleği olduğu sonucuna varılmıştır. Baskı içeren otoriter mesleklerde (subay, polis vs.) çalışan babaların çocuklarında öz saygı düzeylerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Bunun yanında benlik saygısı ile genel kaygı arasında negatif anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir(Gürhan, 1986).

Bireylerin çocukluk döneminde edinmeye başladığı öz saygının benlik gelişimine etki ettiği ve bu durum bireyin akademik başarısında olumlu etki edeceği öne sürerek bir araştırma yapan Purkey, beğenilerek kabul edilen bir benlik kavramının becerilerin algılanmasına ve gelecekte başarı beklentilerine pozitif etki ettiği ve bununla sonunda bireyin hem beceri hem de başarı ölçümlerinde istenilen sonuçlara ulaşılması sağlanabilirliği savunulmuştur(Purkey, 1970).

Rosenberg (1978) tarafından yapılan “8-18 yaş ile 18-65 yaş aralığından oluşan iki farklı grup üzerinde yapmış olduğu çalışmada yaştan benlik saygısını etkileyen bir etmen olduğu sonucuna ulaşmıştır. Gerçekleştirilen çalışmada; 8-11 yaş arası bireylerin benlik saygısı ile toplumsal sınıfları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, 12-18 yaş arası bireylerde

orta seviyede olduğu, 18 yaş ve üzerinde ise anlamlı bir ilişkinin olduğunu ortaya koymuştur(Gürhan, 1986).

Wylie (1979)“nin belirttiğine göre, özellikle eğitimciler başarının güçlü bir şekilde benlik saygısı ile ilgili olduğunu düşünmektedirler. Bu sonuç Purkey“in çalışmaları ile tutarlıdır. Benlik saygısı araştırmacılar ve eğitimciler için önemlidir, çünkü hem öğrencileri tatmin edicidir, hem de kişisel gelişmeye yardımcıdır. Benlik saygısı konusunda ülkemizde de yapılmış araştırmalar bulunmaktadır(Wylie, 1979)

Shavit ve Shouva (1980) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, yaşları 16 ila 18 arasında değişen ve liseye devam eden 88 kız öğrencisi üzerinde yapılan araştırma sonucunda kişilerin benliği ile pozitif değerlendirmelerin, negatif değerlendirmelere oranla kişilerin benlik saygısı düzeyini arttırdığı yönünde bir sonuca ulaşmışlardır(Akt: Gürhan, 1986).

Jedege, Bembgboye (1981) tarafından 14 yaş ortalamasına sahip 755 öğrenci üzerinde yapılan araştırmada, bir takım biyolojik, fizyolojik ve sosyolojik faktörlerin bireyin benlik saygısı gelişimi üzerinde olumlu etkisinin olduğunu tespit etmişlerdir(Gürhan, 1986).

Grunebum ve Solomon (1987) tarafından yapılan araştırmada, aynı yaşta olan bireylerin ilişkileri ile benlik saygısı düzeyleri araştırılmış ve benlik saygısı düzeyleri yüksek olan kişilerin birbiriyle daha iyi ilişkiler kurduğu sonucuna ulaşılmıştır(Akt: Gür, 1996).

Waggonen ve Marceline (1991) “Pozitif Hareket Programı ve 6. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı” isimli araştırmada Pozitif Hareket Programı’nı bir dönem boyunca 6. sınıf öğrencilerine uygulamış ve bu programın öğrencilerin özsaygı düzeyleri üzerine etkisini araştırmıştır. Program sonunda yapılan analizlerde, deney ve kontrol grubu

üyelerinin öz saygı düzeyleri arasında anlamlı bir değişim olmadığı görülmüştür(Waggonen ve Marceline, 1991).

Scott ve diğerleri (1991) yedi ülkede, 7-12 yas arası çocuklar üzerinde yaptıkları araştırma sonucunda uyumlu bir aile içinde yetişen ve iyi bakılan çocukların öz saygılarının daha yüksek olduğuna ve kaygı düzeylerinin oldukça düşük olduğu sonucunu bulmuşlardır. Yine araştırma bulgularına göre cezalandırıcı ebeveyn tutumları, çocuklarda düşmanlık duygusu geliştirmekte ve koruyucu ebeveyn tutumları da çocukların kişilerarası ilişkilerde yetersizliğe neden olmaktadır(Scoot ve diğ., 1991).

I.2. Atılganlık Kavramının Anlamı ve Kuramsal Açıklamalar

I.2.1. Atılganlık Nedir?

Atılganlık ile ilgili kaynaklar tarandığında bu konuda birçok farklı tanımlama olduğu bulunmuştur. Bütün bu tanımlamalar arasında yapılacak bir karşılaştırma, kavramsallaştırılmış atılganlık ile pratikte anlaşılan atılganlık arasında var olan zıtlığın, atılgan bir şekilde iletişim kuran kişilerin problem yasamalarına neden olup olmadığı konusuna ışık tutabilir. Bu yolla atılgan iletişim ve tüm kişiler arası iletişim alanı arasındaki ilişki açıklanabilir(Wilson ve Gallois, 1993).

Atılgan davranış bireylerin sahip olduğu edilgen ve saldırgan davranış şekillerinin alternatif bir biçimi olarak değerlendirilmektedir(Özdağ, 1999; Bal, 2003; Yıldız, 2006).

Dilimizde bulunan kararlılık, güvenli davranış ve girişkenlik kelimeleri de çoğu zaman atılganlık kelimesi yerine kullanılmaktadır. Atılganlık, bireyin diğer fertlerle aralarındaki ilişkileri güzel ve olumlu bir şekilde yürütmeyi becerebilme, diğer insanlarla daha sağlıklı etkileşim kurulabilmelerine olanak sağlama, diğer insanların yaşamlarına, haklarına ve

inançlarına karşı saygı duyma, kişinin kendi hislerini ve fikirlerini diğer insanlara açık ve dürüst bir şekilde ifade etmesini kapsayan davranış biçimi olarak açıklanabilir(Tan, 2006).

Assertiveness” sözcük anlamıyla kendine güvenme demektir. Güvenli davranış, başkalarının haklarını çiğnmeden kendi haklarını savunabilmek, duygu, düşünce ve inançlarını uygun yollarla ifade edebilmek, bilinçli ve yapıcı iletişim kurmak anlamına gelmektedir(Kaplanoğlu, 2006).

Voltan (1980) "atılganlık" sözcüğünün Türkçe’de tam karşılığının bulunmadığını belirtmiştir. Atılganlık kelimesini tam olarak karşılamasa da bir kısmını karşılayan kelimelerin Türkçe’de yer aldığını ifade eden Voltan, girişken, kendini ortaya koyan, iddialı gibi kelimelerin de atılganlık yerine kullanıldığından bahsetmiştir(Voltan, 1980).

Kendini gerçekleştiren bireylerin kişisel özellikleri ile atılgan kişilerin özellikleri arasında bir takım benzerlikler olduğunu ifade eden Maslow, bu özellikleri şu şekilde ifade etmiştir. Bu bireyler insanlara karşı samimi ve içlerinden geldiği şekilde davranırlar. Bu kişilerin özgürlüklerine düşkünlüdürler ve genel itibariyle diğer bireylere sempati beslerler. Bu bireyler doğayı sever, diğer kişileri olduğu gibi kabul eder ve başka insanlarla iletişim kurmada zorluk çekmezler(Voltan, 1980).

Atılganlık, "dogmatik ya da saldırgan iddialarda bulunma" olarak tanımlanmaktadır(Mc Leod,1987).

Genel anlamda atılganlık, bireylerin uygun çevre koşullarında, doğrudan, samimi ve açık bir şekilde iletişim kurma şeklidir. Bireyin sosyal statüsünü kuvvetlendirmesi ve diğer bireyler üzerinde olumlu bir etki bırakabilme açısından atılganlık büyük önem arz etmektedir. Atılgan özelliğe sahip bireyler, günlük yaşantıları içerisinde karşılaştıkları sorunlar karşısında ne yapması gerektiğini bilir ve olaylar karşısında kontrolün kendisinde olduğu hissine

karşısındaki kişilere hissettirir. Bu tür insanlar kendilerine karşı duydukları güvenin sonucu, sıcak, samimi ve iyi niyetli yaklaşımlarından ötürü yabancı insanlarla daha çabuk iletişim kurarlar ve kolaylıkla insanların güvenlerini kazanabilirler. Atılganlık, insanlar arasında iletişimi ve etkileşimi kolaylaştıran toplumsal iletişim yeteneklerinden biridir(Ker-Dinçer, 2005).

Atılganlık diğer insanları küçümsemeden, o insanların hak ve hukuklarını da gözeterek, kişinin özlük haklarını koruyup, gözetebilme, hislerini ve fikirlerini herkesin anlayabileceği şekilde açıkça ifade edebilme seçeneği olarak üretilen bir nevi bireyler arası ilişkiler biçimi olarak ifade etmek mümkündür. Dolayısıyla diğer bireylere soru sorma, tanımadığı insanlar karşısında kendini ifade etme, yeni kişilerle tanışmak için ilk adımı atma gibi davranışları her zaman atılgan davranış özelliğine sahip bireyler gerçekleştirir. Atılganlık kişisel bir yetenektir ve içerisinde iki çeşit saygı barındırır. Bunlar kendine ve diğerlerine karşı gösterilen saygıdır. Kendine saygı; bireyin kendi haklarını gözetip, savunması ve gerekli olan ihtiyaçlarının farkında olup, bilmesidir. Diğerlerine saygı ise; bireyin diğer bireylerin haklarını gözetmesi ve ihtiyaçlarına saygı duymasıdır(Kamaraj, 2004).

Lazarus'a göre şu dört temel özelliğin bir araya gelmesi ile atılganlık kendini tamalar. Bunları şu şekilde açıklamak mümkündür:

1. Bireyin yapmak istemediği bir işi karşısındaki insana açık ve rahat bir şekilde ifade etme ve hayır diyebilme becerisi,
2. Herhangi bir durumunda diğer bireylerden istekte bulunma, rica etme becerisi,
3. İçinde bulunduğu pozitif veya negatif ruhsal durumu karşısındaki bireylere anlatabilme becerisi,

4. Kendini ifade edebilmesi, gerçekleşen bir olayın başlamasında, devam etmesinde ve bitirilmesinde kontrolü elinde bulundurma ve başrolde olma becerisi(Jakubowski ve Spector, 1973).

Bandura (1963), atılganlığı kişinin kendini ifade edebilme yeteneği olarak tanımlamıştır(Toruncu, 1994).

Smith'e (1975) atılganlığı bireyin diğer bireylerin arasına dâhil olma ve sağlıklı bir şekilde iletişim kurabilmesi için temel bir yaklaşım olarak ifade etmiştir. Bu tür yakınlık kurma biçimi kişiler arasında güven ortamının oluşmasına, yakınlık, samimiyet, sıcaklık, sevgi, sadakat ve içtenlik gibi bir takım duygusal bağların oluşmasına ve bireyin kendilerini anlatabilmelerine olanak sağlar(Örgün,2000).

I.2.2. Atılganlık Davranış Şekilleri

Atılganlık alanında yapılan birçok araştırma sonucunda bilim adamları atılgan davranışın farklı şekillerinin olduğunu dile getirmişlerdir.

Atılganlık ile alakalı araştırmalar gerçekleştiren bilim insanları, atılganlığın farklı şekillerinden bahsetmektedirler. Fakat her ne kadar bazı bilim insanları atılganlığın üç şekli olduğunu savunup, dile getirmişlerse de Lange ve Jakubowski beş tip atılganlık şeklinin olduğu üzerinde durmuşlar ve bu durum konuyla alakalı araştırma yapan diğer bilim insanları tarafından da genel kabul görerek, konu üzerinde yapılacak olan diğer araştırmalara da yol gösterici bir özellik taşıması bakımından bir dönüm noktası olarak kabul görmüştür. Bahsi konu olan atılganlık biçimleri; temel atılganlık, empatik atılganlık, artan atılganlık, “ben-dili”ni kullanarak atılgan davranma, karşılaştırma ya da yüzleştirme ifade edilmiştir(Ker-Dinçer, 2005).

I.2.2.1. Temel Atılganlık:

Temel atılganlıkta bireyler inandığı değerlerinin, temel ihtiyaçlarının, aruzlarının, fikirlerinin ve hislerinin neler olduğunu bilirler ve bunları açık, anlaşılır bir şekilde ifade edebilirler(Rugancı, 2001; Ayaz, 2002; Bal, 2003; Yıldız, 2006).

Bir kişinin konuşurken, konuşmasının bölünmesi gibi bir durumda, bu davranışı sergileyen bireye yapmış olduğu yanlış davranışı açık ve anlaşılır bir şekilde aktarma yolunu seçer ve “Özür dilerim, konuşmamı henüz tamamlamadım, müsaade ederseniz bitireyim” gibi bir tümce kullanabilir(Terakya, 1998).

I.2.2.2. Empatik Güvenli Atılganlık:

Kendini karşı tarafın yerine koyarak, onun ihtiyaç, istek fikir ve duygularının farkına varıp dile getirmesini içerir (Poussard 2002). Empatik güvenli atılganlık biçiminde kişi veya kişilerle etkileşim kurarken anlayışlı ve duyarlı davranılır. Bu davranış biçiminin genel itibariyle iki basamağı vardır. Birinci basamak, karşısındaki bireyin ne düşündüğü, neler hissettiğini ve içinde bulunduğu durumu anlamaya çalışmak, empati kurmak; ikincisi basamakta da; bireyin kendi hak ve hukukunu gözeterek, bu anlayışı ifade etmesidir. Empatik ve güvenli davranışın destek ve kanıtı olarak; jest ve mimikler, ses tonu, el kol hareketleri ve göz teması gibi beden dili hareketleri gösterilebilir(Rugancı 2001; Ayaz 2002; Bal 2003; Yıldız 2006).

I.2.2.3. Artan Atılganlık

Atılgan davranış becerisine sahip olan bir bireyin bir başka kişi ile iletişimi sırasında, karşı tarafın atılgan davranış sergileyen bireyin temel atılgan davranışlarına duyarsız

kalması ve bunu bireye hissettirmesi durumunda ve atılgan davranış sergileyen bireyin haklarını çiğnemeyi sürdürmesi sonucunda uygulamaya konulan bir atılgan davranış şeklidir. Bu durumda ortaya konulan atılgan davranışın giderek şiddeti artmakta ve dahası aradaki sıcak ve samimi hava değişerek biraz ciddi bir boyut kazanarak, resmileşmektedir. Bu gibi durumlarda artan atılganlık düzeyi ile birey hislerini ve arzularını birkaç defa, açık ve net bir şekilde ifade ettikten sonra, konuşmayı, iletişimi sonlandırır(Ker-Dinçer, 2005).

I.2.2.4. ‘Ben-Dili’ni Kullanarak Atılgan Davranma

Bireyin konuşmaya “ben” diye başlamasıyla hislerini, fikirlerini ve arzularının bireyin kendisine ait olduğu vurgulanarak ifade edilir. Böyle bir durumla karşı karşıya kalan bireyin kuracağı cümlelerin aşağıda belirtilen dört önemli unsurun barındırması önem arz eder.

- İletişimde olduğunuz bireyi anlayabileceği şekilde sergilemekte olduğu davranışın farkına varabilmesi adına, bu durumu ona hissettirmeniz veya belirli bir tavrına işaret etmelisiniz.
- Sergilemekte olduğu yanlış hareketin, tavrın karşınızdaki birey üzerinde oluşturduğu etkiyi ve size neler hissettirdiğini ifade ederek söylemelisiniz
- Kişinin sergilemekte olduğu o yanlış hareket veya tavrı nasıl değerlendirip, yorumladığınızı karşı tarafa ifade ederek söylemelisiniz.
- Bununla birlikte karşı taraftan sizin nasıl bir tavır beklediğinizi ifade ederek söylemelisiniz(Rugancı, 2001; Ayaz, 2002; Bal, 2003; Yıldız, 2006).

Böylelikle birey kendisinde oluşan olumsuz duygularını karşısındaki kişiye aktaracak ve içine atmamış olacak, hem de karşısındaki bireyin kendini savunmaya çalışarak,

saldırgan bir tavır sergilemesinin önüne geçmiş olacak ve istenmeyen bir durumun gerçekleşme ihtimalini ortadan kaldırmış olacaktır(Ker-Dinçer, 2005).

Örnek olarak; “Sohbet ederken yüzüme bakmadığın zaman, beni ciddiye almadığın, anlattıklarımın senin için bir şey ifade etmediği gibi bir hissine kapılıyor ve kendimi kötü hissediyorum, kelimelerim anlamsızlaşıyor. Bana hak ettiğim önemi vermiyorsun gibi bir duyguya kapılıyorum. Buna karşın ben konuşurken yüzüme bakarsan bu çok hoşuma gider ve beni mutlu eder.” (Rugancı, 2001; Ayaz, 2002; Bal, 2003; Yıldız, 2006).

I.2.2.5. Karşılaştırma/Yüzleştirme

Karşılaştırma veya yüzleştirme biçiminde ortaya çıkan atılganlık şeklidir. Bir bireyin tavırları ile kullandığı kelimeler arasında herhangi bir tutarsızlık veya çatışmanın hissedilesi durumunda başvurulmuş bir atılganlık biçimidir. Böyle bir tavırları ve sözlerinde tutarsız davranan bireye “ne yapmalıyım” diye söylediğinin anımsatılması ve nasıl davranıp, neler yaptığının belirtilmesi dile getirilmesi gerekmektedir. Ayrıca düşüncelerini ifade eden kişiye, ne yapması gerektiği ifade edilmelidir. Karşılaştırma ve yüzleştirme atılgan şeklini küçük bir örnekle anlatmaya çalışalım. Örneğim: Bir bireyin pazartesi gününe vermesi gereken dönem ödevini, pazartesi günü teslim etmemesi durumunda; dönem ödevini pazartesi günü vereceğini söylediğin halde, bugünün cuma olmasına rağmen hala getirmedin, lütfen dönem ödevini en kısa sürede tamamlayarak bana ver.”(Ker-Dinçer, 2005).

I.2.3. Atılganlık Eğitimi

Atılganlığı, bireyler arası ilişkinin niteliğini olumlu anlamda yükseltmede önemli etmen olarak değerlendirerek nitelemek, toplumsal tutum açısından önem arz etmektedir.

Kültürel, sosyal ve psikolojik açıdan çok yönlü çalışmalara konu olan atılgnlık, birçok değişken açısından ele alınarak araştırılmış ve ulaşılan neticeler ışığında atılgnlığı etkileyebilecek etmenler ve gelişmesini sağlayabilecek şartların hazırlanmasıyla söz konusu davranışın öğretimi için kullanılabilircek eğitim programları giderek daha fazla önem kazanmaya başlamıştır(Çakır, 2010).

Wolpe ve Lazarus (1966) ortaklaşa yaptığı toplumsal anksiyeteyi ortadan kaldırmak için gerçekleştirilen davranış terapisi çalışması, atılgnlığın arttırılmasına yönelik ilk eğitim çalışması niteliğindedir(Freeman ve Adams, 1999).

Atılgn davranış biçimini geliştirmeye yönelik eğitimi; kişinin diğer bireylerle ortaya koyduğu ilişkilerinde, kendisine ait fikirler ve hislerini kendine güveni tam olarak, lakin toplumsal ortama uyumlu bir şekilde anlatabilmesini hedefler. Bu eğitim şekli kişinin benlik saygısının ve güveninin artmasını sağlar. Kişi kendine karşı yapılan eleştirileri kabullenme metotlarını, kaygı ve stresle başa çıkabilme yollarını, kendisiyle pozitif bir şekilde iletişim kurabilmeyi, saldırganlık, çekingenlik ve atılgn gibi davranış şekilleri arasında bulunan farkı kavrayabilmeyi ve diğer insanlarla rahatlıkla, çatışma ortamı oluşturmadan ve diğer insanlar tarafında herhangi bir zorlanmaya maruz bırakılmadan kendi şahsi haklarını nasıl ve ne şekilde koruyup, sahip çıkabileceğini öğrenmiş olur(Buzlu, 1999).

Psikolojik çöküntü, stres, kaygı, depresyon, psikolojik travmaların tedavi edilmesin de atılgnlık eğitimi kullanılan bir metottur. Psikolojik (depresyon gibi) rahatsızlıkların kadınlarda daha fazla rastlandığı var olan bir gerçektir. Bunun içindir ki atılgnlık eğitime erkeklerden daha çok kadınlar ihtiyaç duyarlar. Bu eğitimin öğrencilere de verilmesi onların hem kişisel açıdan hem de mesleki açıdan faydalarına olacaktır(Lin YR ve diğerleri, 2004).

Atılganlık eğitiminin uygulanmasında yararlanılan bir takım yöntemler vardır. Bu eğitimin ve bu eğitim de kullanılan metotların temeli atılgan davranışın sahip olduğu haklardır. Atılgan eğitiminde kullanılan bazı metotlar mevcuttur. Atılganlık haklar, atılganlık eğitiminin ve bu eğitimde kullanılan metotların temel çerçevesini oluşturur. Başlıca atılganlık eğitim metotları; modelden öğrenme metodu, davranışın tekrarlanarak prova edilmesi metodu, yeniden kognitif yapılanma metodudur(Akt: Ünal, 2007).

I.2.4. Atılgan Davranış Bileşenleri

Atılgan davranış tarzının öğelerini sözlü ve sözsüz iletişim öğeleri başlığı altında toplayabiliriz ve bu öğeler birbirini tamamlar(Bal, 2003).

I.2.4.1. Sözsüz İletişim Öğeleri

Göz Teması: Bireyin yaşayıp, büyüdüğü çevre, toplumsal yapı vs. gibi durumlardan ötürü farklı anlamlar yüklenebilen göz teması farklı kültürlerde değişik anlamlar ifade edebilen bir değişkendir(Alberti ve Emmons, 2002).

Bir bireyin karşı tarafa vermek istediği mesajı niyetini belli ederek çoğunlukla bakışlarıyla yansıtır. Bakışlarını karşı tarafın üzerinden kaçırmak pasif bir tutum göstergesiyken, bakışlarını karşı taraftaki kendini dinleyen kişiye dikerek uzun uzun göz teması kurmak da saldırgan bir mana taşır(Özcan, 1996).

Konuştüğunuz kişiyle sakın bir biçimde göz teması kurmak iletişimin önemi ve ciddiyetini arttıracak, konuşmayı özel ve güzel bir havaya sokacaktır. Ayrıca karşıdaki insana duyulan saygıyı, gösterilen ilgi hissettirilmiş olacaktır. Bu şekilde davranarak ifade etmek istediğiniz konunun etkisini de arttırmış olursunuz(Alberti ve Emmons, 2002).

Vücut Duruşu: İletişim esnasında konuştuğumuz kişinin karşısına bedenen geçerek onu dinlemeyi kapsar. Bu şekilde davranıldığı zaman konuşma daha samimi, güzel ve özel bir hal alacaktır. Beden dili insanların ne düşündüklerini, içinde bulundukları ruh hallerini ve hissettiği duygular hakkında bilgi sahibi olmada çok önemli ipuçları vermektedir. Örneğin; konuşma esnasında kollarını göğsünde bağlayan bireyin kendini savunmaya çalışacağını ya da güvensiz bir birey olduğu düşünülebilir. Kişinin elini veya ellerini beline dayaması, saldırgan bir tutum sergilemeye hazır, kavga etmeye meyilli veya karşısındakine üstünlük kurma çabası içinde olduğu şeklinde yorumlanabilir. Olduğu yerde kıpırdamadan hareketsiz bir şekilde duran bir bireyin korkmuş olabileceği düşünülebilir. Bunun yanında girişken bir bireyin gevşek bir duruş sergiliyor olmasına rağmen kendini tamamen salmamıştır; dik durur bir pozisyonda durur fakat gergin değildir(Özcan, 2006). Girişken kişi konuşurken el kol hareketleri abartılı değildir(Özcan, 1996).

İki kişi ile gerçekleştirilen bir konuşmada kişilerden birinin oturuyor olması veya ayakta durması bireyin karşı tarafa ifade etmeye çalıştığı güç göstergesi olabilir. Bazen insanın kendini savunması gibi bir durum söz konusu olduğunda o an ayağa kalması bile çok etkili bir durum olabilir. Dik ve sağlam bir vücut pozisyonuyla karşınızdaki bireye direk bakarsanız karşı tarafa ifade etmek istediğiniz sözler daha etkili olarak kişiye ulaşacaktır(Alberti ve Emmons, 2002).

Duruştaki eğilip, bükülme gibi gevşek bir görünüm ve yüzünüze yansıyan karasız ruh halini karşınızdakilere her an vazgeçip geri çekilebileceğiniz mesajını verir(Alberti ve Emmons, 2002).

Mesafe/ Fiziksel Temas: Kültürel anlamda sözel iletişim dışında iletişim şekilleri araştırılacak olursa konuşma esnasında bireyler arasındaki mesafenin ne denli önemli olduğu ortaya çıkar(Alberti ve Emmons, 2002).

Bireyler arası uzaklık kültürel farklılıklar göstermektedir. Tanımadığım insanların bize yaklaşması rahatsız edici bir durumdur. Günlük yaşantımızda kullandığımız otobüs, dolmuş gibi araçlarda bu mesafe epeyce bir şekilde daralır ve doğal olarak bireyler bu durumdan rahatsız olabilir. Atılğan bir fert diğer insanları rahatsız etmeyecek mesafeyi ayarla konusunda temkinli davranırlar(Özcan, 2006).

Kültürel ve sosyal anlamda her toplumda, yakınlık ve temasa farklı anlamlar yüklendiği gözlenmektedir. Kimi toplumlarda el şakası, beden teması yadırganmaz, kimilerindeyse oldukça sınırlıdır. Atılğan birey başkalarını rahatsız etmeyecek mesafeden konuşur(Özcan, 1996).

Yüz İfadesi: Bireylerin konuşma esnasında takındıkları yüz ifadelerini tartmak zor birim durumdur(Özcan, 2006).

Çünkü bir kişi gülümseyerek kızdığını ve sinirlendiğini ifade edebilir. Böyle bir durumda yüz ifadesiyle anlatmak istediği durum zıtlık gösterebilir. Ancak atılğan insanlar anlatmak istediği duygu ve düşüncelerini kelimelere dökerken, beden dili, yüz ifadesini aynı paralellikte kullanır(Whirter ve Acar, 2000).

Bırakın yüzünüz ve kelimelerinin aynı şeyi söylesin (Alberti ve Emmons, 2002).

Ses Tonu: Atılğan bireyler anlatmak istediklerini ses tonunu ayarlayarak, karşıdaki insanı rahatsız etmeyecek şekilde kullanılırlar. Ne çok fazla yükselterek karşıdaki insanı rahatsız ederler, ne de karşıdaki bireyin duyamayacağı şekilde kısık sesle konuşurlar, ses tonu olması gerektiği kadardır. İnsanlar ikili iletişimlerde sarf edilen kelimelerden daha

çok, ses tonuna duyarlılık gösterir. Sözlerle “Hayır, sana kızgın değilim” diyen kişinin ses tonu öfkeli veya kızgın olmamalıdır. Kelimelerle ses tonunun uyumsuz olması, karşıdaki insanlarda stres, huzursuzluk ve kaygı gibi durumların ortaya çıkmasına sebep olur. İfade edilmek istenilen kelimeler ve ses tonu birbiriyle uyumluysa kaygı, stres ve huzursuzluk azalarak, ortadan kalkabilir(Özcan, 2006). Kişinin ses tonunun iyi bir şekilde ayarlanması karşı taraftaki kişi/kişileri ikna etmede etkili olacaktır(Alberti ve Emmons, 2002).

Ses tonunuzun bir yüksek, bir alçak gibi ayarsız olması veya kısık sesle konuşmaya çalıştığınızda insanlar sizi ciddiye almak istemeyebilir. Sesinizin çok yüksek olması durumunda ise karşınızdaki birey doğal olarak kendini savunma ihtiyacı duyar ve iletişim de kopukluk oluşmasına sebep olur(Kaplıanoğlu, 2006).

Zamanlama: Kişiler anlatmak istediği duygu, düşünce ve fikirlerini karşıdaki insanlara aktarırken zamanlamasını çok iyi bir şekilde ayarlaması gerekmektedir(Alberti ve Emmons, 2002). Bireyin konuşurken durması atılğan davranışının etkisini azaltabilir. Zamanlamayı en iyi şekilde ayarlayarak ifade etmek istediğini karşı tarafa aktarmalıdır. Çünkü bireylerin içinde bulundukları psikolojik durum, vereceği cevapları ve sergileyeceği davranışları etkileyebilir(Whirter ve Acar, 2000).

Dinleme: Dinleme davranışı en önemli davranışlardan birisi olmasına karşın, açıklanması ve değiştirmesi oldukça zor bir ögedir. Birey atılğan bir dinleme gerçekleştirmesi neticesinde öteki bireylerle aktif olarak ilgilenmesine olanak sağlar. Dinleyen birey, karşısındaki insanla göz teması kurmanın yanında, beden dilini basit olarak kullanır, bunun dışında herhangi bir davranış sergilemesine zaruret yoktur. Atılğan olmak diğer insanların hak

ve hakuklarını gözetmeyi ve saygılı olmayı kapsar. Bu durum diğler insanların kendilerini anlatabilme haklarının da göz ardı edilmemesi anlamını ifade eder(Alberti ve Emmons, 2002).

Atılğan davranışı oluşturan diğler öğeler gibi dinleme de öğrenilebilir. Bireyin dinleme konusunda iyi olması, kendini daha etkili bir şekilde anlatabilmesine fayda sağlarken insani ilişkilerinde daha başarılı olmasına sebep olur(Alberti ve Emmons, 2002).

Düşünceler: Direkt olarak anlaşılması çok mümkün olmayan bir atılğan davranış ögesi de düşünmedir. Bireyin atılğan davranışla alakalı doğru, mantıklı ve kabul edilebilir düşünce ve fikirler ortaya koyması önemlidir. Fikirler, düşünceler, inanılan değerler, yaklaşımlar, tutumlar ve duygular gibi özellikler bireyin davranışının temelini oluşturmaktadır. Atılğan bir davranış gerektirecek bir olay karşısında harekete geçebilmek ve doğru bir şekilde tepki verebilmek için bireyin zekâsını ve mantığını bağımsız ve özgür bir şekilde kullanabilmelidir. Bireyin inandığın değerleri, fikirleri, duyguları ve yanlış yaklaşımları elini ve kolunun bağlanmasına sebep olur ve hareketlerin doğal davranmasına engel olur. Kendinizi üretken olmanızı engelleyen düşünme tarzından kurtarabilerseniz, atılğanlığınızı geliştirmek için düşüncelerinizden yararlanabilirsiniz(Alberti ve Emmons, 2002).

İçerik: Bireyin bir konuyu özenle seçilmiş ve doğru kelimelerle ifade etmeye çalışması o bireyin atılğan bir kişi olduğunu göstermez. Bireyin bir şey söylerken onu kime söylediğini göz önünde bulundurması oldukça önemlidir. Lakin bazı bireyler konuşurken söyleyebilecekleri en uygun kelimeyi, doğru sözcüğü bulmakta zorlanırlar. Esasında önemli olan, doğru kelimeler kullanarak çok güzel cümlelerle neyi söylemeye çalıştığımızdan daha çok, neyi ne şekilde ifade etmeye çalıştığımızdır(Alberti ve Emmons, 2002).

I.2.4.2. Sözlü İletişim Öğeleri

“Hayır” Demek: Bireylerin birçoğu başkalarının kendisinden bir istekte bulunduğu zaman yapmak istememesine rağmen hayır diyemez. Bunun nedeni, istekte bulunan kişinin sinirlenip, kızmasından veya hoşnut olamayacağından çekinip, korkması olabilir. Ayrıca; karşıdaki bireyin hislerinin incitilmesi durumu, reddedilme gibi durumla karşı karşıya kalma endişesi, iyi diye nitelediği benlik değerleriyle çatışma durumunun ortaya çıkmaması gibi bir ikilem korkularına sebep olabilir. Atılğan birey, diğer insanların kendisinden bir şeyi isteme hakkının doğal bir hareket oluşunu kabul ederken, kendisinin de “hayır” demek gibi doğal bir hakkının olduğunu bilir ve kabul eder. Böyle bir durumda talep edilen yardımı kibar bir şekilde reddederek, karşıdaki insana bunun nedenini de açıklar(Özcan, 1996; Bal, 2003).

Görüş Belirtmek: Atılğan bireyler kendilerinin içinde bulundukları durumu açıkça ifade edebilirler ve karşıdaki bireylerin ne hissettiklerini anlamak için çabalar ve düşüncelerini karşı tarafa aktarır(Özcan, 1996; Bal, 2003).

İstekte Bulunmak: Bazı kişiler için başkalarından bir şey istemek çok güç gelir ve birey bu durumu yapmaması gereken anormal bir davranış olarak görür. Ancak, bireylerin ihtiyaç duyulması halinde başka bireylerden herhangi bir konuda yardım talep etmeleri, istemeleri normal bir durumdur. Oysa bireylerin herhangi bir konuda diğer insanlardan istekte bulunma hakkı vardır, fakat ihtiyaç duydukları şey ne olursa olsun taleplerinin kesinlikle yerine getirilmesini beklemek ve isteğinin gerçekleşmemesi durumunda bunun kendilerine mal ederek üstüne alınması yanlış bir harekettir. Başka insanlardan bir istekte bulunmakta zorluk çeken kişilerin en büyük endişeleri reddedilme korkusudur. “Şayet beni reddederse, bu beni sevmediği anlamına gelir” veya “şimdi bu isteğimi yerine getirmesi durumunda, bundan

sonra benden istediği her şeyi yapmak zorunda kalacağım diye düşünür. Buradaki mantık yanlış kişinin herhangi bir isteğini başkalarının kabul etmeme hakkını tanımayışı ve isteği yapıldığında da kendini bir türlü ödenmeyen bir borç altında hissetmesidir. Atılgan bireyler başka insanlardan herhangi bir istekte bulunacakları zaman neyi, neden isteklerini açık ve net bir şekilde karşısındaki kişiye ifade ederler. Talep ettiği şey gerçekleşebilir veya gerçekleşmeyebilir, ancak bu gibi bir durumda isteğinin yerine gelmeyeceğine ikna oluncaya kadar ısrar edebilir(Özcan, 1996).

Haklarını Korumak: Konumundan dolayı güçlü olan kişi bazen durumunu anımsatmaya kalksa da bu temel hak değişmez. Bir kişinin pozisyonu ne olursa olsun, en üst düzey bir yönetici de olsa, bu durum ona astlarının haklarını görmezden gelme veya dilediği gibi davranma hakkını vermez(Özcan, 1996).

Duyguları Belirtmek: Kişiler, başka birinin duygusunu o açıklamadıkça bilemeyebilirler. Ancak tahmin edebilirler. Tahminler de doğru veya yanlış olabilir. Atılgan kişi karşısındaki bireye duygularını ifade edebilme becerisine sahiptir(Özcan, 1996; Bal, 2003)

I.2.5. Atılganlıkla Alakalı Yapılan Araştırmalar

I.2.5.1. Atılganlıkla Alakalı Yapılan Yurtiçi Araştırmalar

Atılganlıkla ilgili yapılan çalışmaların birçoğu atılganlık eğitiminin etkisini araştırmıştır. Bu çalışmalardan birini Voltan (1980) "Grupla Atılganlık Eğitiminin Bireyin Atılganlık Düzeyine Etkisi" ni sağlık koleji yatılı kız öğrencilerini kapsayan 60 kişilik bir grup üzerinde yapmıştır. Grubun yarısını eğitim grubu diğer yarısını kontrol grubu olarak ayırdığı kız öğrencilerin, eğitim öncesinde atılganlık düzeylerini saptamak üzere Rathus Atılganlık Envanterini uygulamıştır. Daha sonra eğitim grubunu 3 haftalık eğitimden geçirdikten sonra

eğitim ve kontrol grubuna Rathus Atılganlık Envanteri tekrar uygulanmıştır. Öntest ve sontestlerden elde edilen bulgulara göre, kontrol grubunda önemli bir fark bulunmamıştır. Eğitim grubunun öntest ve sontest puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur(Voltan, 1980).

Voltan, bir araştırmasında, kendini anlatma, isteklerini elde etme ve duygularını açığa vurma konularında kırsal kesimlerde yetişen sosyal ve ekonomik seviyesi düşük aile içerisinde yetişen 70 üniversite öğrencilerinin, üst sosyo-ekonomik düzeye sahip şehirlerde oturan öğrencilere göre daha yetersiz ve çekingen kişilik özelliğine sahip olduklarını bulmuştur. Ayrıca bu çalışmada, deneklerin grup içindeki atılgan davranış düzeylerinin yalnız bulundukları durumlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir(Voltan, 1980).

Çulha ve Dereli (1987), grup atılganlık eğitim programının etkisini incelemek amacıyla 29 kız-erkek karışık ortaokul son sınıf öğrencinin yarısını kontrol grubu diğer yarısını eğitim grubu olarak ayırdıkları çalışmalarında; öğrencilere öntest-sontest olarak Rathus Atılganlık Envanteri uygulanmıştır. Sonuç olarak, eğitim grubunun kontrol grubuna oranla önemli ölçüde ($P < 0.01$) bir gelişme gösterdiği görülmüştür(Kapıkıran, 1993).

Becet (1989)' in ergen gruplar üzerinde yaptığı çalışmada, demokratik ve otoriter olarak algılanan anne baba tutumlar ile atılganlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan araştırmanın neticesinde; ebeveynlerini “demokratik” olarak nitelendirenlerin öğrencilerin atılganlık düzeylerinin, ebeveynlerini “otoriter” olarak nitelendiren öğrencilerin atılganlık düzeyinden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Ayrıca çalışmada; anne-babaların eğitim seviyelerinin arttıkça, çocukların da atılganlık düzeylerin artış gösterdiği saptanmıştır(Becet, 1989).

Ülkemizde özellikle sosyal psikoloji alanında ve farklı örneklem grupları üzerinde yapılan araştırmalarda; bireylerin grup içinde alınan kararlara uyma ya da uymaması durumları atılganlıkla ilişkilendirilmiştir (Bozkurt, 1989). Grup kararına uymayan bağımsız deneklerin entelektüel etkinlik, girişkenlik, önderlik yeteneği ve sosyal ilişkilerde olgunluk özelliklerine gruba uyan bağımlı deneklerden daha fazla oldukları, buna karşılık çekingenliklerinin katı ve aşırı benlik kontrolünün daha fazla olduğu gözlenmiştir (Kağıtçıbaşı, 1999).

Torucu (1994), grupla atılganlık eğitiminin bireylerin atılganlık düzeyine etkisini incelediği çalışmada; deneklerin atılganlık eğitimi sonunda aldığı puanlar eğitim öncesinde alınan puanlardan yüksek bulunmuştur. Ancak bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Araştırmacı, grupla atılganlık eğitiminin, orta öğretim kurumlarındaki öğrencilerin olumlu kişilerarası iletişim becerilerini kazanmalarına yardım edeceği sonucuna varmıştır (Torucu, 1994).

Kaya (2001) meslek lisesi öğrencileri arasında yapmış olduğu çalışmada kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla yüksek düzeyde kaygı ve düşük düzeyde atılganlık sahip olduklarını tespit etmiştir (Kaya, 2001).

Vatansever (2002)'in özel ve devlet liselerindeki öğrenciler üzerinde yapmış olduğu çalışmada; öğrencilerin liseye giriş ve bitirirken sahip olduğu iletişim becerileri karşılaştırılmıştır. Buna ek olarak, öğrencilerin atılganlık, empatik beceri, anne babanın öz veya üvey olma durumu, anne babanın birlikte ve ayrı olma durumu, anne babanın sahip oldukları meslek grupları, ailenin aylık geliri durumu gibi değişkenlere göre araştırılmış. Araştırma sonucuna göre; devlet liselerinin 1. sınıfında okuyan öğrencilerin atılganlık düzeyi özel liselerin 1. sınıfında okuyan öğrencilere oranla yüksek çıkmıştır, devlet liselerinin 1.

sınıfında okuyan öğrencilerin atılganlık düzeyi ve iletişim çatışmalarına girme eğilimi düzeyi devlet lisesi 3. sınıf öğrencilerinden yüksek bulunmuştur(Vatansever, 2002).

Ersan ve Doğan (2002) tarafından gerçekleştirilen; “Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Atılganlık ve Saldırganlık Düzeylerinin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişki” adlı çalışmada takım sporuyla uğraşan bireylerin, bireysel sporla ilgilenen bireylere oranla atılganlık ve saldırganlık düzeylerinin daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Ortaya çıkan bu sonucu ise öğrencilerin kültürel yapılarıyla ilişkilendirmiş ve bireylerin çocukluk, yetişkinlik dönemlerine kadar geçen sürede cinsiyet ayrımına tabi maruz kalmalarının bir sonucu olabileceğini savunmuştur(Ersan ve Doğan, 2002).

Tataker (2003), ergenlik çağına gelmiş bireyler üzerinde gerçekleştirmiş olduğu bir araştırmasında değerlendirilen kişisel ve ailevi etmenlerin, ebeveyn davranışlarının, cinsiyetin, ailenin eğitim seviyesinin atılgan davranışları ve psikolojik sorun yaşama seviyeleriyle ilişkisini araştırmış ve atılgan davranışları ve toplumsal sorunla karşı karşıya kalma seviyeleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna varmıştır. Bireylerin okuduğu sınıf, okulda derslerinde göstermiş olduğu başarı düzeyi, ebeveynlerin eğitim seviyeleri ve çocuğa karşı anne ile babanın sergilemiş olduğu davranış şekli ile atılganlık arasında olumlu bir ilişkinin var olduğu tespit edilmiştir(Tataker, 2003).

1.2.5.2. Atılganlık İle İlgili Yapılan Yurtdışı Araştırmaları

Salter (1949), atılgan olmayan bireylerin çoğunun kişisel zamirlerde, “ben” ifadelerini kullanmaktan kaçınma eğiliminde olduklarını işaret etmektedir. Aşırı alçak gönüllü ve ya muhtemelen kendi inandıkları ile kendini tanımlama korkusu yüzünden bu bireyler ben kelimesi ile kendini tanımlamakta zorlanır(Salter, 1949).

Rathus (1973), kaygı ile atılgan davranış arasındaki ilişkiye yönelik araştırmalara pek rastlanmadığını bildirmiştir. Bu araştırma bu anlamda önemli bulgular ortaya koymaktadır(Akt: Dinçer, 2009).

Stubbins (1977), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada; kızların erkeklere oranla daha atılgan olduklarını ortaya çıkarmıştır (Örgün, 2000).

Chander, Cook, Dugovics'in (1978) yılında yaptıkları çalışmada da erkeklerin kadınlara oranla daha atılgan olduklarını ortaya koymuştur (Örgün, 2000).

Crassini, Law ve Wilson'un (1979) yılında yaptıkları çalışmada ise erkeklerin atılganlık puanı kadınlara oranla daha fazla çıkmıştır (Örgün, 2000).

Brooks ve Richardson (1980) atılganlık eğitiminin kaygıyı azalttığını bulmuşlardır(Örgün, 2000).

McCullough ve Cashion (1980), tarafından yapılan bir çalışmada; içselliği yüksek kişiler, kendilerini dışsallığı yüksek olan kişilerden daha atılgan olarak tanımladıklarını belirtmektedirler. Yapılan bazı araştırmalarda atılganlığın, saldırganlık, çekingenlik, otoriteryanizm gibi kişilik özellikleriyle ilişkisi araştırılmış, benzerlikler ve farklılıklar ortaya konulmuştur(Kapıkıran, 1993).

Williams ve Stout (1984), düşük ve yüksek atılganlığın denetim odağı ve sağlık problemleri üzerindeki etkisi ile ilgili olarak yaptıkları çalışmada; yüksek atılganlığa sahip bireylerin daha fazla içsel denetimli ve düşük atılganlık puanı alan bireylere göre daha az sağlık problemleri olduğunu bulmuşlardır(Williams ve Stout, 1984).

Huey ve Rank (1984) tarafından yapılan çalışmada danışman ve akran yönetimli grup atılganlık eğitiminin siyah ergenlerin saldırgan davranışları üzerindeki etkisi

araştırılmıştır. Atılgan tepki vermeyi öğrenen deneklerin saldırgan davranışı sergilemede önemli oranda düşüş gösterdikleri görülmüştür(Huey ve Rank, 1984).

Rimm (1974) tarafından tespit edildiği gibi çok kuvvetli olmasa da bu araştırma atılganlığın, öfke seviyesinin düşmesine sonuç açabilecek bir yönelim olduğu kanıtlanmıştır(Rimm, 1974).

Jones ve Page (1986) stresle ilgili baş ağrılarında denetim odağı, atılganlık ve kaygı kişilik değişkenlerinin etkisini araştırdıkları çalışmalarında, cinsiyet değişkeni açısından kadınların erkeklerden daha dışsal denetimli ve daha az atılgan oldukları dolayısıyla daha sık baş ağrısı çektiklerini bulgulamışlardır. Dışsallığın büyüklüğü az atılganlık ve yüksek kaygı ile bağlantılı bulunmuştur. Denetim odağı ve atılganlığın kaygı üzerindeki etkisi ve genel bir görüş haline gelen baş ağrısının kaygının psikolojik bir işareti olduğu yönündeki düşünce göz önüne alındığında, kaygı ve baş ağrısı arasındaki ilişki zayıf bulunmuştur(Jones ve Page, 1986).

"Atılganlık, Otoriteryanizm ve Baskınlık" konulu çalışmayı yürüten Ray (1986) aynı zamanda atılganlık ve otoriteryanizm kavramlarının karşılaştırılmasına ilişkin ilk çalışmayı 1981 yılında yapmıştır. Bu çalışmasında atılganlığı, saldırgan olmayan baskınlık olarak tanımlamıştır(Ray, 1986).

II. BÖLÜM MATERYAL VE METOT

II.1. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler oluştururken, örneklemi ise Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesinde Fakülte ve Yüksek Okullarda lisans öğrenimi gören 212 kadın ve 180 erkek olmak üzere,

toplam 392 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmaya katılan öğrenciler tamamen gönüllülük esasına uygun olarak dâhil edilmiştir. Araştırma için 400 katılımcı hedeflenmiş olup, anket formlarının bir kısmının geri dönüşünün olmaması ve bir kısım anket formunun yanlış doldurulması sebebiyle 392 katılımcıya ulaşılmıştır.

II.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak anket tekniği kullanılmıştır. Araştırmayla ilgili alan taraması kapsamında, akademik amaçlı elektronik veri tabanlarından ve üniversite kütüphanelerinden faydalanılmıştır. Konu ile ilgili yurt içinde yapılmış tezler için Yüksek Öğretim Kurulu (YÖK) Dokümantasyon Merkezi, yurt dışındaki tezler için ise yurt dışındaki üniversitelerin elektronik tez veri tabanı, “Pro Quest Dissertations and Theses” den faydalanılmıştır.

Araştırmanın birinci bölümünde, kaynak taramasından sonra, çalışmaya katılanların demografik bilgilerinin elde edilmesi için kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan anket formlarının başında araştırmanın ne amaçla yapıldığı, anket formunun nasıl işaretleneceği ve işaretlenirken cevaplayanların nelere dikkat etmesi gerektiği, çalışmayı yürüten kişinin ve danışmanının adı-soyadı, unvanı, çalıştığı kurum gibi bilgiler yer almaktadır.

Araştırmanın ikinci bölümünde 1965 yılında Rosenberg tarafından geliştirilen Rosenberg benlik saygısı ölçeği kullanılmıştır. Türkiye’deki geçerlilik ve güvenirlik çalışması 1986 yılında Çuhadaroglu tarafından yapılmıştır. Altmış üç maddeden oluşan ölçeğin 12 alt ölçeğinden, araştırmada sadece benlik saygısını ölçen 10 maddelik birinci alt ölçek kullanıldı. Araştırmanın üçüncü bölümünde 1973 yılında Rathus tarafından, kişilerarası ilişkilerde

atılgnlığın ölçülmesi amacıyla geliştirilen Rathus atılgnlık ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması Voltan (1980) tarafından yapılmıştır. Bu envanter farklı költürlere uygulanması, kısa oluşu ve değerlendirmesinin kolay oluşu gibi avantajlar sağlamaktadır.

II.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan deneklerin kişisel bilgilerini belirlemek amacıyla 13 sorudan oluşan bilgi formu hazırlanmıştır.

II.2.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

1965 yılında Rosenberg tarafından geliştirildi. Türkiye’deki geçerlik ve güvenirlik çalışması 1986 yılında Çuhadaroğlu tarafından yapılmıştır. Rosenberg tarafından geliştirilen, çoktan seçmeli 63 sorudan oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir.

Ölçek 12 alt kategoriden oluşmaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda benlik saygısını ölçmeye yönelik olarak ölçeğin ilk 10 maddesi kullanılmıştır. Ülkemizde ölçeğin güvenirlik ve geçerlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışması ilgili yaş grubuna tekrar uygulanmış olup Cronbach Alpha değerı 0,81 olarak bulunmuştur.

Altmış üç maddeden oluşan ölçeğin 12 alt ölçeğinden, araştırmada sadece benlik saygısını ölçen birinci alt ölçek kullanıldı. Benlik saygısı ölçeği toplam 10 ifadeden oluşmaktadır. Her ifade 4’lü Likert tipi (çok doğru, doğru, yanlış, çok yanlış) seçenekler içermektedir. Değerlendirme yapılırken, olumlu ifadelerde “çok doğru” seçeneği 4 puan, “çok yanlış” seçeneği 1 puan; olumsuz ifadelerde ise tam tersi olacak şekilde hesaplama yapıldı. 10

maddenin toplamından elde edilen puan 10'a bölünerek ortalama puan elde edildi. Ölçekten en yüksek 4, en düşük 1 puan alınmakta ve ortalama puanın yükselmesi benlik saygısının yüksek olduğunu göstermektedir.

II.2.3. Rathus Atılganlık Ölçeği (RAÖ)

1973 yılında Rathus tarafından, kişilerarası ilişkilerde atılganlığın ölçülmesi amacıyla geliştirildi. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması 1980 yılında Voltan tarafından yapılmıştır. Bu envanter farklı kültürlerle uygulanması, kısa oluşu ve değerlendirmesinin kolay oluşu gibi avantajlar taşımaktadır. RAÖ, 30 maddeden oluşan bir ölçek olup, alınan toplam puanlar -90 ile +90 arasında değişmektedir. Her madde de 6'lı likert tipinde seçenek bulunmakta ve seçenekler -3 ile +3 arasında puan almaktadır (-3 bana hiç uymuyor, -2 bana oldukça uymuyor, -1 bana pek uymuyor, +1 bana biraz uyuyor, +2 bana oldukça uyuyor, +3 bana çok iyi uyuyor). Ölçekten alınan puana göre, -90 ile +10 puan arası çekingen, +10 ile + 90 puan arası atılgan davranış olarak değerlendirilmektedir.

Envanterin ülkemizdeki güvenirlik çalışması Hacettepe üniversitesi, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Bölümü, 2. sınıf öğrencilerinden 37 kişiye 15 er günlük arayla envanter verilerek yapılmıştır. Testin tekrarı güvenirlik katsayısı Pearson Momentler çarpımı korelasyon formülü kullanılarak elde edilmiş ve sonuç $r = 0.92$ olarak bulunmuştur. Ayrıca envanterin iki yan metoduyla da güvenirliği saptanmıştır. Spearman - Brown eşitliği kullanılarak öğrencinin envanter sonuçlarından elde edilen güvenirlik katsayısı $r = 0.77$ olarak bulunmuştur (Voltan, 1980). Geçerlik ve güvenirlik çalışması ilgili yaş grubuna tekrar yapılmış ve Cronbach Alpha değeri 0,74 olarak bulunmuştur.

II.3. Verilerin Toplanması

Çalışmanın veri toplama safhasında bizzat araştırmacı tarafından anketler uygulanmıştır. Araştırmacının ulaşamadığı öğrencilere öğretim üyeleri aracılığıyla anketler uygulanmaya çalışılmıştır. Çalışanlara, araştırmanın bilimsel bir amaç niteliği taşıdığından; cevaplamada samimi ve içten olmalarının, doğru bilgi vermelerinin son derece önemli olduğu sözlü ve yazılı olarak açıklanmıştır.

II.4. Araştırma Verilerinin Değerlendirilmesi

Rosenberg Benlik Saygısı ve Rathus Atılganlık anketi ölçekleri aracılığıyla toplanan veriler istatistiksel paket programı (SPSS) 17.0 aracılığıyla analiz edilip, sonuçlar yorumlanmıştır. Öncelikle demografik bilgiler ve diğer grup sorulara ait fikir edinilmesini sağlamak amacıyla aritmetik ortalama, standart sapma, frekans ve yüzde dağılımları içeren tanımlayıcı istatistikler sunulmuştur. Yapılan analiz sonucunda benlik saygısı ölçeğinin güvenirlilik katsayısı ,3134, atılganlık ölçeğinin güvenirlilik katsayısı da ,7019 olarak bulunmuştur. Hem benlik saygısı ölçeğine, hem de atılganlık ölçeğine One Sample Kolmogorov- Simirnov testi uygulanmıştır. Uygulama sonucunda benlik saygısı ölçeğinin p değerinin 0,002 olması nedeniyle nonparametrik dağılım olduğu tespit edilmiş ve benlik saygı ölçeğinin analizinde Man-Whitney U testi ile Kruskal- Wallis H testleri uygulanmıştır. Atılganlık ölçeğinin p değeri ,244 olması nedeniyle parametrik dağılım olduğu tespit edilerek t testi ile One-Way Anova testleri uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyinin bazı demografik değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir. Elde edilen verilerin frekans analizi, yüzde analizi, t testi analizi, anova testi analizi ve korelasyon analizi yapılmıştır.

III. BÖLÜM BULGULAR

III.1.Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yüzde Ve Frekans Dağılımına İlişkin

Bilgileri

Tablo 1. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlere göre dağılımları

Cinsiyet	n	%
Kadın	212	54,1
Erkek	180	45,9
Toplam	392	100,0

Tablo 1’de araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlere göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 212(%54,1)’si kadın ve 180(%45,9)’i ise erkektir.

Tablo 2. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşlara göre dağılımları

Yaş	n	%
17-18 yaş arası	34	8,7
19-20 yaş arası	132	33,7
21-22 yaş arası	158	40,3
23 yaş ve üzeri	68	17,3
Toplam	392	100,0

Tablo 2’de araştırmaya katılan öğrencilerin yaşlara göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 34 (%8,7)’ü 17-18 yaş arası, 132 (%33,7)’si 19-20 yaş arası, 158 (%40,3)’i 21-22 yaş arası ve 68 (%17,3)’i 23 yaş ve üzerindedir.

Tablo 3. Araştırmaya katılan öğrencilerin okudukları fakülte veya yüksekokullara göre dağılımları

Okudukları Fakülte/Yüksekokul	n	%
Fakülte	219	55,9
Yüksekokul	173	44,1
Toplam	392	100,0

Tablo 3’de araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte veya yüksekokullara göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 219(%55,9)’u fakültede, 173(%44,1)’ünün yüksekokulda okuduğu görülmektedir.

Tablo 4. Araştırmaya katılan öğrencilerin okudukları sınıflara göre dağılımları

Okuduğu Sınıf	n	%
1.sınıf	127	32,4
2.sınıf	57	14,5
3.sınıf	100	25,5
4.sınıf	108	27,6
Toplam	392	100,0

Tablo 4’de araştırmaya katılan öğrencilerin okudukları sınıflara göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 127 (%32,4)’si 1. sınıfta, 57 (%14,5)’si 2. sınıfta, 100 (%25,5)’ü 3. sınıfta ve 108 (%27,6)’i 4. sınıfta okumaktadır.

Tablo 5. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yerlere göre dağılımları

Yaşamlarının Geçtiği Yer	n	%
Köy-Kasaba	54	13,8
İlçe	125	31,9
İl	137	34,9
Büyük Şehir	76	19,4
Toplam	392	100,0

Tablo 5’te araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yerlere göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 54 (%13,8)’ü köy/kasabada, 125 (%31,9)’i ilçede, 137 (%34,9)’si ilde ve 76 (%19,4)’sı büyük şehirde yaşamlarının çoğunluğunu geçirmişlerdir.

Tablo 6. Araştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yerlere göre dağılımları

Kaldıkları Yer	n	%
Öğrenci Evi	166	42,3
Aile İle Beraber	50	12,8
Özel Yurtlar	71	18,1
Devlet Yurtları	105	26,8
Toplam	392	100,0

Tablo 6’da araştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yerlere göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 166 (%42,3)’sı öğrenci evinde, 50 (%12,8)’si aileleri ile birlikte, 71 (%18,1)’i özel yurtlarda ve 105 (%26,8)’i devlet yurtlarında kalmaktadır.

Tablo 7. Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının mesleklerine göre dağılımları

Baba Mesleği	n	%
Memur	44	11,2
İşçi	64	16,3
Esnaf	44	11,2
Çiftçi	42	10,7
Serbest Meslek	100	25,5
Emekli	98	25,0
Toplam	392	100,0

Tablo 7’de araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının mesleklerine göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin baba meslekleri 44 (%11,2)’ü memur, 64 (%16,3)’ü işçi, 44 (%11,2)’ü esnaf, 42 (%10,7)’si çiftçi, 100 (%25,5)’ü serbest meslek ve 98 (%25,0)’i emekli olarak saptanmıştır.

Tablo 8. Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının eğitim durumlarına göre dağılımları

Eğitim Durumu	n	%
Okur-Yazar Değil	14	3,6
Okur-Yazar	23	5,9
İlkokul	147	37,5
Ortaokul	71	18,1
Lise	94	24,0
Üniversite	43	11,0
Toplam	392	100,0

Tablo 8’de araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının eğitim durumuna göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının 14

(%3,6)'ü okuryazar değil, 23 (%5,9)'ü okuryazar, 147 (%37,5)'si ilkokul mezunu, 71 (%18,1)'i ortaokul mezunu, 94 (%24,0)'ü lise mezunu ve 43 (%11,0)'ü üniversite mezunudur.

Tablo 9. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin herhangi bir işte çalışıp, çalışmadıklarına göre dağılımları

Annenin Herhangi Bir İşte Çalışıp Çalışmadığı	n	%
Çalışıyor	49	12,5
Çalışmıyor	343	87,5
Toplam	392	100,0

Tablo 9'da araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin herhangi bir işte çalışıp/çalışmadıklarına göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 49 (%12,5)'unun annesinin çalıştığı saptanırken, 343 (%87,5)'ünün annesinin çalışmadığı görülmüştür.

Tablo 10. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin eğitim durumlarına göre dağılımları

Eğitim Durumu	n	%
Okur Yazar Değil	49	12,5
Okur Yazar	17	4,3
İlkokul	202	51,5
Ortaokul	72	18,4
Lise	52	13,3
Toplam	392	100,0

Tablo 10'da araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin eğitim durumlarına göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin 49

(%12,5)'u okuryazar değil, 17 (%4,3)'si okuryazar, 202 (%51,5)'si ilkokul, 72 (%18,4)'si ortaokul ve 52 (%13,3)'si lise mezunudur.

Tablo 11. Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelirine göre dağılımları

Ailelerin Aylık Geliri	n	%
0-850 TL.	55	14,0
851-1350 TL.	140	35,7
1351-1850 TL.	66	16,8
1851-2350 TL.	45	11,5
2351-2850 TL.	31	7,9
2850 TL. ve üzeri	55	14,0
Toplam	392	100,0

Tablo 11’de araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelirine göre dağılımları görülmektedir. Buna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin 55 (%14,0)’inin 0-850 TL. arası, 140 (%35,7)’inin 851-1350 TL. arası, 66 (%16,8)’sının 1351-1850 TL. arası, 45 (%11,5)’inin 1851-2350 TL. arası, 31 (%7,9)’inin 2351-2850 TL. arası ve 55 (%14,0)’inin 2850 TL. ve üzeri aylık gelire sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 12. Araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelirine göre dağılımları

Araştırmacıların Aylık Geliri	n	%
0-300 TL.	171	43,6
301-600 TL.	136	34,7
601-900 TL.	37	9,4
901-1200 TL.	27	6,9
1201 ve üzeri	21	5,4
Toplam	392	100,0

Tablo 12’de araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelirlerine göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 171 (%43,6)’inin 0-300 TL. arası, 136 (%34,7)’sinin 301-600 TL. arası, 37 (%9,4)’sinin 601-900 TL. arası, 27 (%6,9)’sinin 901-1200 TL. arası ve 21 (%5,4)’inin 1201 TL. ve üzeri aylık gelire sahip olduğu saptanmıştır.

Tablo 13. Araştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapıp, yapmadıklarına göre dağılımları

Aktif Olarak Spor Yapanlar ve Yapmayanlar	n	%
Evet	139	35,5
Hayır	253	64,5
Toplam	392	100,0

Tablo 13’de araştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapıp, yapmadıklarına göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin 139 (%35,5)’u aktif olarak spor yaparken, 253 (%64,5)’i spor yapmamaktadır.

III.2.Benlik Saygısı Ölçeğine İlişkin Bulgular

Tablo 14. Araştırmaya katılan öğrencilerin genel olarak benlik saygısı ölçeği puanlarına ait

$\bar{X}$, Ss, Min. ve Max. değerlerine ilişkin sonuçları

	n	$\bar{X}$	Ss	Min.	Max.	Ölçekten Alınabilecek En Düşük ve En Yüksek Puan
Benlik Saygısı	392	22,8776	3,08951	18,00	39,00	10-40

Tablo 14’de araştırmaya katılan öğrencilerin geneline ait benlik saygısı puan ortalaması görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin benlik saygısı puan

ortalamaları $\bar{X}=22,8776$ olarak bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek değerler göz önüne alındığında araştırmaya katılan öğrencilerin benlik saygı düzeylerinin orta seviyede olduğu görülmektedir.

Tablo 15. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	p-Değeri
Kadın	212	203,86	43218,00	17520,000	-1,403	,160
Erkek	180	187,83	33810,00			

Tablo 15’de araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Mann-Whitney U testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde cinsiyet değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 16. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Yaş	n	Sıra Ortalaması	X^2	Sd	p-Değeri
17-18 yaş arası	34	225,09	2,511	3	,473
19-20 yaş arası	132	191,72			
21-22 yaş arası	158	196,02			
23 yaş ve üzeri	68	192,61			

Tablo 16’da araştırmaya katılan öğrencilerin yaş değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal- Wallis H testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde yaş değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 17. Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte veya yüksekokul değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

Fakülte/Yüksekokul	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	p-Değeri
Fakülte	219	200,18	43840,50	18136,500	-,729	,466
Yüksekokul	173	191,84	33187,50			

Tablo 17’de araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte veya yüksekokul değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Mann-Whitney U testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde öğrenim gördükleri fakülte veya yüksekokul değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 18. Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Sınıf	n	Sıra Ortalaması	X ²	Sd	p-Değeri	Anlamlı farklılık
1.Sınıf	127	218,08	11,684	3	,009	1-2
2.Sınıf	57	158,93				1-4
3.Sınıf	100	199,62				2-3
4.Sınıf	108	188,06				

Tablo 18’de araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal- Wallis H testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre farklılık tespit edilmiştir.($p<0,05$). Buna Göre 1.sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 2.sınıfta öğrenim gören öğrencilere, yine 1. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 4. Sınıfta öğrenim gören öğrencilere oranla ve 2.sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 3.sınıfta

öğrenim gören öğrencilere oranla benlik saygısı puan ortalamalarının yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 19. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Yaşamlarının Çoğunun Geçtiği Yer	n	Sıra Ortalaması	X ²	Sd	p-Değeri
Köy-Kasaba	54	224,73	4,090	3	,252
İlçe	125	190,00			
İl	137	194,93			
Büyük Şehir	76	189,96			

Tablo 19’da araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal- Wallis H testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 20. Araştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yer değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Kaldığı Yer	n	Sıra Ortalaması	X ²	Sd	p-Değeri
Öğrenci Evi	166	195,89	1,114	3	,774
Aile İlgili Bilgiler	50	185,86			
Özel Yurtlar	71	207,28			
Devlet Yurtları	105	195,23			

Tablo 20’de araştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yer değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal-Wallis H testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde kaldıkları yer değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 21. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba meslek değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Baba Mesleği	n	Sıra Ortalaması	X ²	Sd	p-Değeri
Memur	44	191,09	2,446	5	,785
İşçi	64	192,27			
Esnaf	44	187,90			
Çiftçi	42	218,76			
Serbest Meslek	100	191,53			
Emekli	98	201,09			
Memur	44	191,09			

Tablo 21’de araştırmaya katılan öğrencilerin baba meslek değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal- Wallis H testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde baba meslek değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 22. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba eğitim durumu değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Baba Eğitim Durumu	n	Sıra Ortalaması	X ²	Sd	p-Değeri
Okur Yazar Değil	14	236,64	5,031	5	,412
Okur Yazar	23	215,67			
İlkokul	147	202,23			
Ortaokul	71	197,83			
Lise	94	183,47			
Üniversite	43	179,85			

Tablo 22’de araştırmaya katılan öğrencilerin baba eğitim durumu değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal- Wallis H testi ile

incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde baba eğitim durumu değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 23. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin herhangi bir işte çalışıp, çalışmadıkları değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

Annenin Çalışıp Çalışmama Durumu	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	P-Değeri
Çalışıyor	49	213,84	10478,00	7554,000	-1,152	,249
Çalışmıyor	343	194,02	66550,00			

Tablo 23’de araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin her hangi bir işte çalışıp, çalışmama değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Mann-Whitney U testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde annelerinin her hangi bir işte çalışıp çalışmama değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 24. Araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumu değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Anne Eğitim Durumu	n	Sıra Ortalaması	X^2	Sd	p-Değeri
Okur Yazar Değil	49	224,48	4,185	4	,382
Okur Yazar	17	187,47			
İlkokul	202	196,64			
Ortaokul	72	188,67			
Lise	52	183,38			

Tablo 24’de araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumu değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal- Wallis H testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde annelerinin eğitim durumu değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 25. Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Aylık Gelir Durumu	n	Sıra Ortalaması	X ²	Sd	p-Değeri
0-850 TL arası	55	209,75	4,464	5	,485
851- 1350 arası	140	188,32			
1351-1850 TL arası	66	214,83			
1851- 2350 TL arası	45	178,79			
2351- 2850 TL arası	31	191,24			
2851 TL ve üzeri	55	199,54			

Tablo 25’de araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal- Wallis H testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 26. Araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumu değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Kruskal- Wallis H testi sonuçları

Aylık Gelir Durumu	n	Sıra Ortalaması	X ²	Sd	p-Değeri
0-300 TL arası	171	194,10	1,030	4	,905
301-600 TL arası	136	200,58			
601-900 TL arası	37	183,96			
901-1200 TL arası	27	197,61			
1201 TL ve üzeri	21	210,24			

Tablo 26’da araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumu değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Kruskal- Wallis H testi ile incelenmiştir.

İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde aylık gelir durumu değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 27. Araştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapma değişkenine göre benlik saygısı toplam puanına ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

Spor Yapma Durumu	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	p-Değeri
Yapıyor	139	186,92	25982,50	16252,500	-1,247	,212
Yapmıyor	253	201,76	51045,50			

Tablo 27’de araştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapma değişkenine göre, benlik saygı düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı Mann-Whitney U testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öğrencilerin benlik saygı düzeylerinde aktif olarak spor yapma değişkenine göre farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

III.3. Atılganlık Ölçeğine Ait Bulgular

Tablo 28. Araştırmaya katılan öğrencilerin genel olarak atılganlık ölçeği toplam puanlarına ait

$\bar{X}$, Ss, Min. ve Max değerlerine ilişkin sonuçları

	n	$\bar{X}$	Ss	Min.	Max.	Ölçekten Alınabilecek En Düşük ve En Yüksek Puan
Atılganlık	392	10,2245	19,47483	-42,00	78,00	-90 ile +90

Tablo 28’de araştırmaya katılan öğrencilerin geneline ait atılganlık puan ortalaması görülmektedir. Buna göre; araştırmaya katılan öğrencilerin atılganlık puan ortalamaları $\bar{X}=10,2245$ olarak bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek değerler göz önüne

alındığında araştırmaya katılan öğrencilerin atılgan davranışlarının yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 29. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin t-testi sonuçları

Cinsiyet	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p-Değeri
Kadın	212	11,0047	18,85527	,861	390	,390
Erkek	180	9,3056	20,19433			

Tablo 29’daaraştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı t testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda kadınların atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,0047$, erkeklerin atılganlık toplam puan ortalamaları ise, $\bar{X}=9,3056$ olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmacıların cinsiyet değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 30. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Yaş	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
17-18 yaş arası	34	17,7059	20,28961	3	2,596	,052
19-20 yaş arası	132	10,9091	18,24074			
21-22 yaş arası	158	9,6013	19,96173			
23 yaş ve üzeri	68	6,6029	19,56401			

Tablo 30’daaraştırmaya katılan öğrencilerin yaş değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; 17-18 yaş arası öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=17,7059$, 19-20 yaş arası öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=10,9091$, 21-22 yaş arası

öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=9,6013$ ve 23 yaş ve üzeri öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalamaları ise $\bar{X}=6,6029$ olarak görölmektedir. Buna göre, araştırmacıların yaş değişkenine göre atılgnlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 31. Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte veya yüksekokul değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin t testi sonuçları

Öğrenim Gördüğü Fakülte/Yüksekokul	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p-Değeri
Fakülte	219	9,8676	18,53130	390	-,408	,684
Yüksekokul	173	10,6763	20,65327			

Tablo 31'dearaştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördüğü fakülte veya yüksekokul değişkenine göre, atılgnlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı t testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda fakültede öğrenim gören öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=9,8676$ ve yüksekokulda öğrenim gören öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalamaları ise, $\bar{X}=10,6763$ olarak görölmektedir. Buna göre,araştırmaya katılan öğrencilerinöğrenim gördüğü fakülte veya yüksekokul değişkenine göre, atılgnlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 32. Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Öğrenim Gördüğü Sınıf	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
1.Sınıf	127	13,4724	19,36280	3	2,998	,031
2.Sınıf	57	6,0351	17,05869			
3.Sınıf	100	11,5200	20,46603			
4.Sınıf	108	7,4167	19,31835			

Tablo 32’de araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; 1.sınıfta öğrenim gören öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=13,4724$, 2. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=6,0351$, 3. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,5200$ ve 4. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları ise, $\bar{X}=7,4167$ olarak görülmektedir. Buna göre, öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık görülmektedir($p<0,05$). Araştırmaya katılan 1. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları 2. sınıfta okuyan öğrencilere oranla, yine 1. sınıfta okuyan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları 4. sınıfta okuyan öğrencilere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buradan da 1.sınıfta okuyan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamalarının yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 33. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Yaşamlarının Çoğunun Geçtiği Yer	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
Köy-Kasaba	54	11,5741	22,90967	3	,563	,538
İlçe	125	9,7760	19,65955			
İl	137	11,3066	18,36139			
Büyük Şehir	76	8,0526	18,63967			

Tablo 33’de araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; köy-kasabada yaşamlarının çoğunu geçiren öğrencilerin

atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,5741$, ilçede yaşamlarının çoğunu geçiren öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=9,7760$, ilde yaşamlarının çoğunu geçiren öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,3066$ ve büyük şehirde yaşamlarının çoğunu geçiren öğrencilerin atılganlık toplam puanı ortalamaları $\bar{X}=8,0526$ olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmacıların yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 34. Araştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yer değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Kaldığı Yer	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
Öğrenci Evi	166	9,9699	20,21713	3	1,494	,216
Aile İlgili Bilgiler	50	14,4600	20,09184			
Özel Yurtlar	71	11,5493	21,50534			
Devlet Yurtları	105	7,7143	16,11420			

Tablo 34'dearaştırmaya katılan öğrencilerin kaldıkları yer değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; öğrenci evinde kalan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=9,9699$, ailesi ile birlikte kalan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=14,4600$, özel yurttan kalan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,5493$ ve devlet yurdunda kalan öğrencilerin atılganlık toplam puanı ortalamaları $\bar{X}=7,7143$ olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmacıların kaldığı yer değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 35. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba meslek değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Baba Mesleği	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
Memur	44	6,1364	19,39982	5	1,125	,152
İşçi	64	9,5156	21,96028			
Esnaf	44	13,7273	17,42407			
Çiftçi	42	9,8333	15,64065			
Serbest Meslek	100	12,8500	21,61293			
Emekli	98	8,4388	17,61095			

Tablo 35’dearaştırmaya katılan öğrencilerin babalarının mesleği değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; babası memur olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =6,1364, işçi olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =9,5156, esnaf olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =13,7273, çiftçi olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =9,8333, serbest meslek olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =12,8500 ve babası emekli olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =8,4388 olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmacıların babalarının mesleği değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır(p>0,05).

Tablo 36. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba eğitim durumu değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Baba Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
Okur Yazar Değil	14	8,0000	22,40879	5	1,164	,505
Okur Yazar	23	7,8261	23,46109			
İlkokul	147	10,2993	19,33427			
Ortaokul	71	13,6338	18,24378			
Lise	94	10,8085	20,29422			
Üniversite	43	5,0698	16,38582			

Tablo 36’daaraştırmaya katılan öğrencilerin babalarının eğitim durumu değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; babası okur-yazar olmayan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =8,0000, okur-yazar olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =7,8261, ilkokul olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =10,2993, ortaokul olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =13,6338, lise olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =10,8085 ve üniversite olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =5,0698 olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmacıların babalarının eğitim durumu değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 37. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin herhangi bir işte çalışıp çalışmadıklarına göre atılganlık toplam puanına ilişkin t testi sonuçları

Anne Çalışıyor/ Çalışmıyor	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p-Değeri
Çalışıyor	49	13,2041	21,70251	390	1,145	,253
Çalışmıyor	343	9,7988	19,13243			

Tablo 37’de araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin herhangi bir işte çalışıp, çalışmadıklarının değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı t testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; annesi çalışan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=13,2041$, annesi çalışmayan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları ise $\bar{X}=9,7988$ olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmacıların annelerinin herhangi bir işte çalışıp, çalışmadığı değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 38. Araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumu değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Anne Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
Okur Yazar Değil	49	11,5102	18,06138	4	1,442	,220
Okur Yazar	17	2,7647	25,00882			
İlkokul	202	11,4950	19,85125			
Ortaokul	72	10,4167	17,97553			
Lise	52	6,2500	18,94354			

Tablo 38’de araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumu değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; annesi okur-yazar olmayan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,5102$, annesi okur-yazar olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=2,7647$, annesi ilkokul mezunu olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,4950$, annesi ortaokul mezunu olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalaması $\bar{X}=10,4167$ ve annesi lise mezunu olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalaması ise $\bar{X}=6,2500$ olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmacıların annelerinin

eğitim durumu değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 39. Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre atılganlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Aylık Gelir Durumu	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
0-850 TL arası	55	12,4364	18,52502	5	,898	,482
851- 1350 arası	140	11,0000	20,72568			
1351-1850 TL arası	66	11,7727	20,42607			
1851- 2350 TL arası	45	9,0444	18,46121			
2351- 2850 TL arası	31	9,1290	18,27702			
2851 TL ve üzeri	55	5,7636	17,32688			

Tablo 39’da araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; ailesinin aylık geliri 0-850 TL. arası olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=12,4364$, 851-1350 TL. arası olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,0000$, 1351-1850 TL. arası olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,7727$, 1851-2350 TL. arası olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalaması $\bar{X}=9,0444$, 2351-2850 TL. arası olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalaması $\bar{X}=9,1290$ ve ailesinin aylık geliri 2851 TL. ve üzeri olan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları ise $\bar{X}=5,7636$ olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

Tablo 40. Araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumu değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin One-Way Anova testi sonuçları

Aylık Gelir Durumu	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p-Değeri
0-300 TL arası	171	9,5731	18,62096	4	,989	,414
301-600 Tl arası	136	11,5221	19,47951			
601-900 TL arası	37	6,3514	20,77822			
901-1200 TL arası	27	8,9630	22,34774			
1201 TL ve üzeri	21	15,5714	20,11858			

Tablo 40’daaraştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumu değişkenine göre, atılgnlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; aylık geliri düzeyi 0-300 TL. arası olan öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =9,5731, 301-600 TL. arası olan öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =11,5221, 601-900 TL. arası olan öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =6,3514, 901-1200 TL. arası olan öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalaması $\bar{X}$ =8,9630, ve aylık geliri 1201 TL. ve üzeri olan öğrencilerin atılgnlık toplam puan ortalamaları ise $\bar{X}$ =15,5714 olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumu değişkenine göre atılgnlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır(p>0,05).

Tablo 41. Araştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapıp, yapmadıkları değişkenine göre atılgnlık toplam puanına ilişkin t testi sonuçları

Aktif Olarak Spor Yapma	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p-Değeri
Yapıyor	139	11,7338	20,57034	390	1,138	,256
Yapmıyor	253	9,3953	18,83623			

Tablo 41’dearaştırmaya katılan öğrencilerin aktif olarak spor yapıp, yapmadıkları değişkenine göre, atılganlık düzeylerinin farklılaşıp, farklılaşmadığı One-Way Anova testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; aktif olarak spor yapan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları $\bar{X}=11,7338$, aktif olarak spor yapmayan öğrencilerin atılganlık toplam puan ortalamaları ise $\bar{X}=9,3953$ olarak görülmektedir. Buna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin aktif spor yapıp, yapmadıkları değişkenine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0,05$).

IV. BÖLÜM SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

IV.1. SONUÇ ve TARTIŞMA

Elde edilen sonuçlar şu şekilde yorumlanmıştır;

Öğrencilerin benlik saygısı puan ortalamaları $\bar{X}=22,8776$ olarak tespit edilmesi neticesinde öğrencilerin orta seviyede benlik saygı düzeylerine sahip oldukları söylenebilir.

Demografik özelliklerine göre ise; cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü fakülte veya yüksekokul, yaşamlarının çoğunun geçtiği yer, kaldığı yer, baba mesleği, baba eğitim durumu, annelerinin çalışıp-çalışmama durumları, anne eğitim durumu, ailelerinin aylık gelir durumları, aylık gelir durumları ve aktif olarak spor yapıp yapmama değişkenlerine göre benlik saygı düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamazken, öğrenim gördükleri sınıf değişkeninde ise benlik saygı düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmuştur.

Öğrencilerin atılganlık düzeyleri ise; öğrencilerin atılganlık puan ortalamaları $\bar{X}=10,2245$ olarak tespit edilmiş, bu puan ortalamaları ile atılganlık düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir.

Atılganlık düzeylerinin demografik özelliklere göre ise; cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü fakülte veya yüksekokul, yaşamlarının çoğunun geçtiği yer, kaldığı yer, baba mesleği, baba eğitim durumu, annelerinin çalışıp-çalışmama durumları, anne eğitim durumu, ailelerinin aylık gelir durumları, aylık gelir durumları ve aktif olarak spor yapıp yapmama değişkenlerine göre atılganlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunamazken, öğrenim gördükleri sınıf değişkeninde ise atılganlık düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmuştur.

Akpınar ve arkadaşları (2015) tarafından Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda okuyan öğrencilerin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin incelenmesi çalışmasında

öğrencilerin benlik saygı düzeylerinin yüksek, atılganlık düzeylerinin ise atılgan davranış olarak tespit etmişlerdir. Bu çalışma, bizim yapmış olduğumuz çalışmayla paralellik arz etmektedir(Akpınar ve diğ., 2015).

Ersan ve arkadaşları (2009) tarafından “Beden Eğitimi ve Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinde Benlik Saygısı Düzeyi ve Bazı Sosyo-demografik Özelliklerle İlişki” çalışmalarında Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinin benlik saygısının orta yüksek düzeyde olduğunu, yaşla benlik saygısının arttığını, takım sporu yapanlarda insanlara güvenmenin daha yüksek düzeyde olduğunu, gelir düzeyiyle benlik saygısının doğrusal bir ilişki gösterdiğini, benlik saygısı düştükçe olumsuz ruhsal özelliklerin arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu çalışmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinin benlik saygısı düzeyi ile çalışmamızda araştırmamıza katılan öğrencilerin benlik saygı düzeyleri arasında benzerlik olduğu görülmektedir.(Ersan ve diğ.,2009)

Dinçer ve Öztunç (2009) tarafından yapılan Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyleri çalışmalarında, öğrencilerin çoğunluğunun belik saygısı düzeyinin yüksek ve atılgan olduğu, ebelik bölümü öğrencilerinin benlik saygısı düzeyinin, hemşirelik bölümü öğrencilerinin benlik saygısı düzeyinden yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.(Dinçer ve Öztunç,2009)

Esen (2012) “Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi” çalışmasında spor yapan ve yapmayan üniversitede öğrenim gören kişilerin benlik saygısı ve atılgan düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Buna karşın öğrencilerin benlik saygı düzeyleri ile atılgan düzeylerinin birbirine bağlı olarak yükseldiğini görmüştür. Ayrıca benlik saygısı ve atılganlık düzeyinin kişisel bazı değişkenlere bağlı olarak (aile gelir durumu, bireyin gelir durumu gibi) artış

gösterdiğini tespit etmiştir(Esen,2012). Bu çalışmada elde edilen sonuçla, bizim çalışmamızdan ulaştığımız sonuç paralellik göstermemektedir.

Bozkurt (1989) tarafından yapılan “Üniversite Öğrencilerinin Atılganlık Düzeylerini Etkileyen Sosyo-Ekonomik Faktörler” adlı çalışmada; erkek üniversite öğrencilerinin, kız öğrencilere göre; genç öğrencilerin daha yaşlı öğrencilere göre; tıp, fen-edebiyat fakülteleri ve meslek yüksekokullarında okuyan öğrencilerin diğer öğrencilere göre; hayatlarının büyük bir kısmını büyük şehirlerde geçiren öğrencilerin, diğer yerleşim yerlerinde yaşayanlara göre atılganlık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır(Bozkurt,1989).

Abbasoğlu (2011) “Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Mesleğe İlişkin Tutum ve Benlik Saygılarının İncelenmesi” konulu yapmış olduğu araştırmasında, beden eğitimi öğretmeni adaylarının, tutum ölçeğinde elde ettikleri puanlar ile benlik saygısı ölçeğinden elde ettikleri puanların oldukça yüksek olduğunu sonucuna ulaşmıştır. Araştırma sonucunda adayların öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile cinsiyet, sınıf, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, gelir durumu değişkenlerine göre anlamlı bir fark bulunamazken, öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları, algılanan akademik başarı durumu değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır(Abbasoğlu, 2011).

Özkan (1994) tarafından yapılan “Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler” adlı çalışmada, 17-21 yaşları arasında değişen üniversite öğrencilerinin benlik saygısını etkileyen faktörler araştırılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda, benlik saygısının cinsiyete, anne ve babanın eğitim düzeyine, annenin mesleğine, ailenin gelir düzeyine ve ailenin ilgi düzeyine bağlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır(Özkan,1994).

Üniversitesi öğrencileri üzerinde yaptığımız çalışmamızda öğrencilerin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerine; cinsiyet, anne ve babanın eğitim düzeyi, anne ve babanın mesleği, ailenin ve bireyin gelir düzeyi gibi demografik değişkenlerin anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır. Bu doğrultuda elde ettiğimiz sonucun, ulusal anlamda benlik saygısı ve atılganlık düzeyi ile ilgili yapılan diğer akademik çalışmalardan elde edilen sonuçlarla paralellik göstermediği ve diğer sonuçları desteklemediği görülmüştür.

IV.2. ÖNERİLER

“Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi” konulu yaptığımız araştırmamız sonucunda, elde edilen veriler doğrultusunda üniversite öğrencilerinin benlik saygı ve atılganlık düzeylerinin geliştirilmesi için aşağıdaki önerileri sıralayabiliriz.

1. Bundan sonraki çalışmalarda, katılımcıların sayısının daha da artırılması neticesinde, araştırmalarda daha da anlamlı sonuçlar elde edilebilir.
2. Araştırmamızdan bağımsız olarak diğer üniversitelerde öğrenim gören öğrencilerin çalışmaya dâhil edilerek farklı ve geniş kapsamlı araştırmalar yapılabilir.
3. Üniversite öğrencilerine yönelik benlik saygısının ve atılganlık düzeylerinin geliştirilmesine yönelik eğitim programları düzenlenebilir.
4. Söz konusu eğitim, daha uzun süreli olarak, ekonomik, kültürel ve sosyal açılardan daha farklı gruplar içerisinde uygulanırsa daha net sonuçların elde edilmesi mümkün olabilir.
5. Öğrencilerin öz saygı ve atılganlık becerilerinin gelişimi için uygulanacak eğitim süresince, öğretmenler de eğitime dâhil edilmelidir. Bu sayede ders içerisinde

öğrenciler için benlik saygısı ve atılganlık düzeylerini geliştirmeye yönelik bir takım çalışmalar yapılması mümkün olabilir.

6. Benlik saygısı ve atılganlık becerilerinin gelişimi için bireylere daha erken yaşlarda; ilkokul ve ortaokul çağlarında eğitim verilmesi daha faydalı olacaktır. Bu süreçte eğitime ailelerin de dâhil edilmesiyle, eğitimin daha yararlı ve kalıcı olması beklenebilir.

7. Bireylerin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri değişik kuramsal yaklaşımlarla birlikte yeni eğitim programları hazırlanarak, olumlu veya olumsuz etkileri konusunda yeni araştırmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Abbasoğlu, A. (2011). *Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Mesleğe İlişkin Tutum ve Benlik Saygılarının İncelenmesi*. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Adana, F. ve Kutlu, Y. (2006).*İstanbul ilinde 12-15 yaş grubu öğrencilerde benlik kavramının araştırılması Hemşirelik Forumu Dergisi*, Eylül-Aralık: 96-101.
- Akpınar,S., ve diğ. (2015). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerin Bazı Değişkenler Açısından Sosyal Beceri Düzeylerinin İncelenmesi*. Karamanoğlu Mehmetbey Ünivertsitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi,17(28),80-84.
- Alberti R, ve Emmons M. (2002).*Your Perfect Right, A Guide To Assertive Living. Kendinize Yatırım Yapın! Atılganlık*. Çeviren: Katlan S, HYB Yayıncılık, Ankara.
- Arıcak, T. (1999). *Grupla Psikolojik Danışma Yoluyla Benlik Ve Mesleki Benlik Saygısının Geliştirilmesi*. Marmara Üniversitesi, Doktora Tezi.
- Arnas, Y. A. (2004). *Sokakta Çalışan Çocukların Öz Kavram Düzeylerinin İncelenmesi*. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 11(1): 2-10.
- Aslan, D. ve Akyol, A. (2006). *Okul öncesi öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ve mesleki benlik saygılarının incelenmesi*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 15(2), 51-60.
- Aşçı, F.H. (1999). *Benlik kavramı ve spor. Spor Psikolojisi Kursu*, P Bayar (Der), Bağırhan Yayınevi, Ankara.

- Ayaz, Ş. (2002). *Hemşirelerde Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyinin Belirlenmesi*. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Aydın, B. (2005). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*, 2. Baskı, Nobel Basımevi, Ankara.
- Bal, Ü. (2003). *Hastanede Çalışan Hemşire ve Diğer Bayan Sağlık Personelinin Benlik Saygıları ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Baymur, F. (1984). *Gelişim Psikolojisi*, 6. Baskı, İnkılap Yayınevi, İstanbul.
- Becet, T. K. (1989). *Ana-Baba Tutumlarının ve Bazı Sosyo-Ekonomik Faktörlerin Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Atılganlık Düzeyine Etkisi*. Ankara, Hacettepe Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Buzlu, S. (1999). *Hemşirelerde girişkenlik hakları ve beden dili*. Hemşirelik Bülteni, 11(43-44):337-342.
- Bozkurt, E. (1989). *Üniversite Öğrencilerinin Atılganlık Düzeylerini Etkileyen Sosyo-Ekonomik Faktörler*, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Cevher, F. N. ve Buluş, M. (2007). *Benlik kavramı ve benlik saygısı: önemi ve geliştirilmesi*. Akademik Dizayn Dergisi, 1(2), 52-64.
- Çam, O. ve Karaaslan, A. (2000). *Öğrenci hemşirelerin girişkenlik ve kişilerarası ilişki tarzlarının eğitim süreçleri içinde longitudinal olarak incelenmesi*. I. Uluslararası

VIII. Ulusal Hemşirelik Kongresi. Antalya-Türkiye, 29 Ekim-2 Kasım 2000:165-170.

Çakır, A. (2010). *Hastanede Çalışan Hemşirelerin Kendisini Gerçekleştirme ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi*, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.

Çelik, S. (2011). *Öğretmen Tutumları ile İlköğretim 5. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitimi Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.

Çevik, G.B. (2007). Lise 3. sınıf öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ve benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. Adana, Çukurova Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda Benlik Saygısı*. Ankara Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. Uzmanlık Tezi.

Demirutku, K. (2010). *Self concept and self-esteem*. Erişim Tarihi: 20/04/2016. www.atilim.edu.tr.

Dinçer, H. F., ve Öztunç, G. (2009). *Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyleri*. Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi, 22–33.

Doğru, N. ve Peker, R. (2004). *Özsaygı geliştirme programının lise dokuzuncu sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeylerine etkisi*. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(2), 315-328.

- Doğan, O. ve Ülkü, S. (1987).*Yükseköğretimde rehberlik ve psikolojik danışma merkezinin gerekliliğine ilişkin görüşler*. Yükseköğretimde Rehberlik ve Psikolojik Danışma Toplantısı. Ankara-Türkiye, 20-28 Mayıs 1987.
- Esen, C. P. (2012). *Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Ersan, E.E., ve Doğan, O. (2002). *Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinde Atılganlık ve Saldırganlık Düzeylerinin Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi*. VII. Spor Bilimleri Kongresi. Antalya.
- Ersan, E.E., Doğan, O., ve Doğan, S. (2009). *Beden Eğitimi ve Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinde Benlik Saygısı Düzeyi ve Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi*, Klinik Psikiyatri Dergisi, 12,35-42
- Freeman, L. H., ve Adams P. F. (1999).*Comparative effectiveness of two training programmes on assertive behavior*. Nursing Standard (Electronic Journal), 13(38):32-35.Erişim: <http://www.proquest.umi.com>
- Geçtan, E. (1984). *İnsan Olmak*.İstanbul:Adam Yayıncılık.
- Gür A. (1996). *Ergenlerde Depresyon ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.Yüksek Lisans Tezi.
- Gürçay S. (1989). *Çocuk Yuvasında ve Ailesi Yanında Kalan 9-11 Yaş Çocukların Öz Saygı Gelişimini Etkileyen Bazı Faktörler*. HÜSBE PDR ABD, Ankara. Yayımlanmamış Doktora Tezi

- Gürhan, C. (1986). *Lise Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarını Etkileyen Bazı Etmenler*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Basılmamış Doktora Tezi.
- Hamarta, E. ve Demirbaş, E. (2009). *Lise öğrencilerinin utangaçlık ve benlik saygılarının fonksiyonel olmayan tutumlar açısından incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21(1), 239-247.
- Huey, W. C. ve R. C. Rank (1984). *Effects of Counselor and Peer-Led Group Assertive Training on Black Adolescent Aggression*. Journal of Counseling Psychology, Vol. 31. No:1, 95-98
- İkizler C, Karagözoğlu C. (1997). *Sporda Başarının Psikolojisi*. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım, 1997:185.
- İnanç, N., (1997). *Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi. Yüksek Lisans Tezi.
- İzgiç, F. ve diğ. (2001) *Üniversite öğrencilerinde sosyal fobi ve beden imgesi ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin araştırılması*. 3P Dergisi 2001; 9: 591-598.
- Jakubowki, P. ve Spector, M. (1973). *The Growth of Women Assertiveness Training*, The Counseling Psychologist, p.24.
- Jones, C. ve S. Page (1986). *Locus of Control, Assertiveness and Anxiety as Personality Variables in Stress- Related Headaches*. Headache 26: 369-374

Jones, C., Sally, S. ve Fiona, L. (2007). *Them eaning of empowerment for nursing students a critical indicent study*. Journal of Advanced Nursing. 59(4), 342-351.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1999). *Yeni İnsan ve İnsanlar*, İstanbul: Evrim Yayıncılık

Kamaraj, I. (2004). *Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması ve Beş Yaş Çocuklarının Atılganlık Sosyal Becerisini Kazanmalarında Eğitimci Drama Programının Etkisi*. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Doktora Tezi.

Kapıkıran, G. (1993). *İçten ve Dıştan Denetimliliğe Sahip Ergenlerin Atılganlık Düzeyinin Saptanması*. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi,

Kaplanoğlu A. E. (2006). *Yönetici Hemşirelerin Atılganlık Düzeyleri ile İş Doyumları Arasındaki İlişki*. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

Kaya, Z. (2001). *Meslek Lisesi Öğrencilerinin Atılganlık ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması Üzerine Bir Araştırma*. İzmir, Dokuz Eylül Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Ker-Dinçer, M. (2005). *Kişilerarası İletişimde Sorun Çözücü Bir iletişim Becerisi Olarak Atılganlık*. Editör: Gürüz D, Temel A. İletişime Yeni Yaklaşımlar. 1. Baskı, İzmir: Nobel Basımevi, 25-56.

Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York, International Universities Press.

- Korkmaz, M. (1996). *Yetişkin Bir Örneklem İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması*. İzmir Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik Psikolojisi*, 6. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi
- Kutlu, Y. ve diğ. (1997). *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu öğrencilerinin 4 yıllık eğitim süresi içindeki atılganlık düzeyi ve benlik saygılarının araştırılması*. IV. Hemşirelik Eğitimi Sempozyumu. Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti, 244 -249.
- Kuzgun, Y. (2002). *İlköğretimde meslek seçimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım. (ss.125-155)
- Leory, M.R. (1996). *Self-Presentation, Impression, Management and Inter personal Behavior*, New York: Harper Collins Publishers.
- Lin, Y. R. ve diğ. (2004) *Evaluation of an assertiveness training program on nursing and medical students' assertiveness, self-esteem and inter personal communication satisfaction*. Nurse Education Today (Electronic Journal), 24(8): 656-665.
- Mcleod (1987). in K. Wilson ve C. Gallois (1993). *Assertion and Its Social Context*. Pergamon Press.
- Neff, K.(2009). *Self Compassion Versus Self Esteem*. Erişim Tarihi: 14/4/2016. <http://selfcompassion.org>.
- Örgün, S. K. (2000). *Anne Baba Tutumları ile 8. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Atılganlıkları Arasındaki İlişki*. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü,

Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilimler Bilim Dalı.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Özcan,A. (1996),*Hemşire-Hasta İlişkisinde İletişim*. 1.Baskı, Saray Medikal Yayıncılık, İzmir.

Özcan,A.(2006),*Hemşire-Hasta İlişkisi ve İletişim*. 2. Baskı, Ankara, 229-256.

Özdağ,Ş.(1999). *Psikodrama Gruplarının Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı Atılğan Davranış Empatik Eğilim ve Empatik Beceri Düzeylerine Etkisi*.Ankara Hacettepe Üniversitesi.Doktora Tezi.

Özdoğa, B. (1987). *Üniversite Öğrencilerine Verilebilecek Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Hizmetleri*. Yükseköğretimde Rehberlik ve Psikolojik Danışma Toplantısı. Ankara-Türkiye, 20-28 Mayıs 1987.

Özkan, İ. (1994). *Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler*. Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı. Düşünen Adam, 7 (3): 4-9)

Özoğul, S.N. (1988). *Annenin Çalışmasının ve Bazı Bireysel Niteliklerin Çocuğun Özsaygısına Etkisi*. Ankara Hacettepe Üniversitesi.Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.

Pektekin, Ç. (1993).*İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulunda uygulanan eğitimin öğrencilerin davranışları ve benlik saygısı üzerine etkisi. III. Hemşirelik Eğitimi Sempozyumu*. İstanbul-Türkiye, 8-13 Eylül 1993:38-45.

Pınar, R. ve Arıkan, S. (1998).*Hemşirelerde iş doyumu: Etkileyen faktörler, iş doyumu ile benlik saygısı ve assertivite ilişkisi*. VI. Ulusal Hemşirelik Kongresi. Ankara-Türkiye, 14-16 Mayıs 1998: 78-79.

- Pope, A.M. ve McHale,S.M. (1988). *Self-Esteem Enhancement with Children and Adolescents*. New York: Pergamon Press.
- Poussard, JM. (2002). *Güvenli Davranış. İçinde: Örgütte Kişisel Gelişim*. Ed: Aslan A,Nobel Yayın Dağıtım, s:417-449.
- Ray, J. J. (1986). *Assretiveness as Authoritarianism and Dominance*. The Journal Of Psychology. Vol.126, No:6, 809-810.
- Rimm, D.C. ve Masters, J.C. (1974). *Behavior Therapy Techniques and Emprical Findings*. New York: Academic Press.
- Rugancı, N. (2001). *Atılganlık. Bilkent Üniversitesi Öğrenci Dekanlığı Öğrenci Gelişim ve Danışma Merkezi Koruyucu/ Önleyici Çalışmalar*.Ankara
- Saleeby, P. (2004). *Self esteem-image fo ryoung adults*. St.Louisschool ofsocial welfire. Erişim Tarihi: 16/4/2016. <http://sbastl.com/Forms/SB%20Session%202.ppt>.
- Salter, A. (1949). *Conditioned Reflex Therapy*. New York, Forron, Straus and Giroux.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Konya, Selçuk Üniversitesi, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi.
- Sayın, S. (2003). *Farklı programlarda okuyan öğretmen adayı üniversite öğrencilerinin empatik eğilimi, öğretmenlik mesleğine karşı tutum ve mesleki benlik saygısı*.Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi, 1(1), 74-84.

Scott, W., Scott, R. ve McCabe, M. (1991). *Family Relationship and Children's Personality: A Cross-Cultural, Cross-Source Comparison*. British Journal of Social Psychology. Vol:30, Issue:1, p:1-20.

Sigma, B.(2009). *Assertiveness*. Erişim Tarihi: 11/04/2016. <http://bgs.atlanta/org>.

Tan, S. (2006), *Ergenlerde Stresle Başa Çıkma Tarzının Atılganlık Düzeyi ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.Yüksek Lisans Tezi.

Tataker, T. (2003). *Ergenlerin Atılganlık Düzeyi İle Ruhsal Sorunları Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. İzmir, Dokuz Eylül Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Terakya, G. (2007).*Hasta-Hemşire İlişkileri*. 5. Baskı, Ankara: Zirve Ofset, 134-141.

Erişim: (<http://www.bilkent.edu.tr>) Erişim 01.05.2016

Timmins, F. ve McCabe, C. (2003).*Teaching assertive ness tounder graduate nursing students*. Nurse Education in Practice (Electronic Journal), 3(1):30-42. Erişim: <http://www.sciencedirect.com>

Torucu, B. (1990). *13-14 Yaşındaki Gençlerin Sosyo-ekonomik Düzey ve Anne-baba Tutumlarındaki Farklılıkların Belirlenip Özsaygıya Etkisinin Araştırılıp Karşılaştırılması*. İzmir. D. E. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.

- Toruncu, B. (1994). *Eğitim Sürecinde Grupla Danışmanlık Uygulamalarının Gençlerin Girişimcilik Gelişimine Etkisi. (Yenişehir Sağlık Meslek Lisesinde Deneysel Bir Uygulama)*.İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Uğur, G. (1996). *Üniversite Öğrencilerinde Atılganlık ile Beden Algısı İlişkisi*. İzmir Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü; Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Uşaklı, H. (2006). *Drama Temelli Grup Rehberliğinin İlköğretim V. Sınıf Öğrencilerinin Arkadaşlık İlişkileri, Atılganlık Düzeyi Ve Benlik-Saygısına Etkisi*. İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü,Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Uyanık-Balat, G. ve Akman, B. (2004). *Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi*.Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 14(2), 175-183.
- Ünal,S.(2007).*Atılganlık Becerilerinin Eğitim Programının İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Atılganlık Düzeyi ve Benlik Saygısı Üzerindeki Etkisi*. İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı. Yüksek Lisans Tezi.
- Ünsar, S, ve İşsever, H.(2003).*Trakya Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısını etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Hemşirelik Forumu, 6(1):7-11.

- Vatansever, M. (2002). *Farklı Liselerde Öğrenim Gören Öğrencilerin Okullara Girişte ve Bitirirken Sahip Oldukları İletişim Becerilerinin Belirlenip Kıyaslanması*. İzmir, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Voltan, N. (1980). *Grupla Atılganlık Eğitiminin Bireyin Atılganlık Düzeyine Etkisi*. Ankara Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü. Doktora Tezi.
- Waggoner, W. ve Marceline S. (1991). *The Positive Action Program and Self-esteem of 6. grade Students*. Ed. D. University of Montana. 153 pp. Director: Thomas R. Whiddon. Dissertation Abstracts International, 52(7), January 1992. 2417-A.
- Whirter, J.M. ve Acar, N.V. (2000). *Ergen ve Çocukla İletişim*. Ankara: US-A Yayıncılık.
- Williams, J. M. ve J. K. Stout (1984). *The Effect of High and Low Assertiveness on Locus of Control and Health Problems*. The Journal of Psychology. Vol. 119, No:2, 169-173.
- Wilson, K. ve Gallois, C. (1993). *Assertion and Its Social Context*. Pergamon Press.
- Wylie, R. , (1979). *The Self-Concept Theory and Research*. Lincoln University of Nebraska Pres, Vol 2.
- Yavuzer, H. (1993). *Çocuk ve Suç*. Ankara: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2000). *Çocuk Psikolojisi*. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Yenidünya, A. (2005). *Lise öğrencilerinde rekabetçi tutum, benlik saygısı ve akademik başarı ilişkisi*. İstanbul Marmara Üniversitesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yıldız, İ. ve Gelmez, A. (2007). *Sosyal Psikoloji*. 1. Baskı, Ankara: Ütopya Yayınevi

Yörükoğlu, A. (1988). *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı Eğitimi ve Ruhsal Sorunları*. 5.Baskı,

İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları Sosyal ve Felsefi Eserler Dizisi.

Yörükoğlu, A. (2000).*Gençlik Çağı*. 11. Baskı, İstanbul: Özgür Yayınları.

Yörükoğlu, A. (2007). *Gençlik Çağı*. İstanbul.13. Baskı.

BİLİMSEL ANKET

Değerli Öğrenciler;

“Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeyleri ile Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi” üzerine bir araştırma yapmaktayım. Vermiş olduğunuz cevaplar bilimsel bir amaçla kullanılacak olup, başka bir amaçla kullanılmayacaktır. Araştırmanın amacına ulaşabilmesi sizlerin işbirliği ve yardımınızla mümkün olabilecektir. Araştırma açısından büyük önem taşıyan ilgi, destek ve katkılarınız için içtenlikle teşekkür ederim.

Ufuk AKTAŞ
Yüksek Lisans Öğrencisi

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

- 1- **Cinsiyetiniz ?**
☐ Kadın ☐ Erkek
- 2- **Yaşınız ?**
☐ 17-18 arası ☐ 19-20 arası ☐ 21-22 arası ☐ 23-24 arası ☐ 25 yaş üzeri
- 3- **Okuduğunuz Fakülte/Yüksek Okul/Meslek Yüksek Okulu**
☐ Fakülte ☐ Yüksekokul
- 4- **Sınıfınız?**
☐ 1. Sınıf ☐ 2. Sınıf ☐ 3. Sınıf ☐ 4. Sınıf
- 5- **Yaşamınızın Çoğunun Geçtiği Yer ?**
☐ Köy-Kasaba ☐ İlçe ☐ İl ☐ Büyükşehir
- 6- **Nerede Kalıyorsunuz ?**
☐ Öğrenci Evi ☐ Aile İle Beraber ☐ Özel Yurt ☐ Devlet Yurdu
- 7- **Babanızın Mesleği ?**
☐ Memur ☐ İşçi ☐ Esnaf ☐ Çiftçi
☐ Serbest Meslek ☐ Emekli ☐ Diğer (Lütfen Belirtiniz).....
- 8- **Babanızın Eğitim Durumu?**
☐ Okur-Yazar Değil ☐ Okur-Yazar ☐ İlk Okul Mezunu ☐ Orta Okul Mezunu
☐ Lise Mezunu ☐ Ön Lisans Mezunu ☐ Lisans Mezunu ☐ Lisans üstü
- 9- **Annenizin herhangi bir işte çalışıyor mu?**
☐ Çalışıyor ☐ Çalışmıyor
- 10- **Annenizin Eğitim Durumu ?**
☐ Okur-Yazar Değil ☐ Okur-Yazar ☐ İlk Okul Mezunu ☐ Orta Okul Mezunu
☐ Lise Mezunu ☐ Ön Lisans Mezunu ☐ Lisans Mezunu ☐ Lisans üstü
- 11- **Ailenizin Aylık Geliri ?**
☐ 0-850 TL arası ☐ 851-1350 TL ☐ 1351-1850 TL ☐ 1851-2350 TL
☐ 2351-2850 TL ☐ 2851 ve yukarısı
- 12- **Aylık Geliriniz Ne Kadar ?**
☐ 0-300 TL arası ☐ 301-600 TL arası ☐ 601-900 TL arası ☐ 901-1200 TL arası
☐ 1201 TL ve yukarısı
- 13- **Aktif Olarak Spor Yapıyor musunuz ?**
☐ Evet ☐ Hayır

	ROSENBERG BENLİK SAYGI ÖLÇEĞİ	Çok Doğru	Doğru	Yanlış	Çok Yanlış
1	Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.				
2	Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.				
3	Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.				
4	Bende diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.				
5	Kendimde gurur duyacak kadar fazla bir şey bulamıyorum.				
6	Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.				
7	Genel olarak kendimden memnunum.				
8	Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.				
9	Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.				
10	Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.				

	RATHUS ATILGANLIK ÖLÇEĞİ	Çok İyi Uyuyor	Oldukça Uyuyor	Biraz Uyuyor	Pek Uymuyor	Fazla Uymuyor	Hiç Uymuyor
1	Bence insanların çoğu benden daha atılgan ve saldırgandır.						
2	Sıkılganlığım yüzünden karşıt cinse herhangi bir önerimde bulunamıyor ya da onların önerilerini kabul edemiyorum.						
3	Bir lokantada isteğime göre hazırlanmamış yemek gelince garsona şikâyetle bulunurum.						
4	Başkalarının beni kıldıklarını fark ettiğim halde onları incitmemeye dikkat ederim.						
5	İstemediğim bir malı almam için ısrar edilirse “hayır” demekte zorluk çekerim.						
6	Benden bir şey yapmam istendiğinde nedenini öğrenmekte ısrar ederim.						
7	İnsanı geliştirici ve sert tartışmalara katılmak istediğim zamanlar olur.						
8	Senin durumundaki herkes gibi ben de yükselmek için çabalarım.						
9	Doğrusunu isterseniz insanlar beni kullanır.						
10	Yeni tanıştığım insanlarla ya da yabancılarla rahatlıkla konuşurum.						
11	Karşıt cinsten çekici birine ne söyleyeceğimi çoğu kez bilmem.						
12	Resmi telefon konuşmaları yapmaktan çekinirim.						
13	Bir işe mektup yazarak başvurmayı yüz yüze görüşmeye tercih ederim.						
14	Satın aldığım şeyleri geri vermekten sıkılırım.						
15	Beni rahatsız eden saygıdeğer bir yakınım, rahatsızlığımı ifade etmek yerine duygularımı ondan saklamayı yeğlerim.						
16	Aptalca görünürüm korkusuyla soru sormaktan kaçırım.						
17	Bir tartışma sırasında kızdığım, hırslandığım belli olacak diye korkarım.						
18	Tanınmış ve saygı duyulan bir kimsenin yanlış bir şey söylediğini duyduğumda, dinleyenlere kendi görüşümü de duyurmaya çalışırım.						
19	Satıcılarla pazarlık yapmaktan kaçınırım.						
20	Önemli ve değerli iş yaptığımda başkalarının bunu görmesinde sakınca görmem.						
21	Duygularımı ifade ederken açık ve samimiyimdir.						
22	Biri benim hakkımda yanlış ve kötü şeyler söylerse, hemen o kişiyle konuşurum.						
23	Çoğunlukla hayır demekte güçlük çekerim.						

24	Duygularımı anında açığa çıkarmaktansa biriktirmeyi yeğlerim.						
25	Kötü bir hizmetten şikâyetçi olurum.						
26	Övüldüğümde bazen ne diyeceğimi bilemem.						
27	Tiyatro, konferans gibi topluluklarda iki kişi yüksek sesle konuşursa, onlara susmalarını ya da konuşmalarına başka yerde devam etmelerini söylerim.						
28	Kuyrukta öne geçen birine yaptığının yanlış olduğunu söylerim.						
29	Fikrimi ifade etmekte zorluk çekerim.						
30	Hiçbir şey söyleyemediğimiz zamanlar olur.						

